

SPECIE UMANA: progetto 3M

Questo libro, ormai ampiamente diffuso in tutto il mondo da anni, è stato scritto col metodo intertestuale moderno, cioè con la formattazione derivata dall'interazione tra molte centinaia di scienziati specialisti nelle singole discipline scientifiche provenienti da tutto il pianeta (diverse decine di essi, a seconda dell'argomento, per ogni capitolo, paragrafo o singolo settore di quest'ultimo) che hanno unito i risultati delle ricerche scientifiche più avanzate in assoluto.

[Disclaimer: le informazioni scientifiche o di qualsiasi altro tipo contenute nel presente libro sono a puro titolo informativo e non sostituiscono in alcun modo l'attività del medico (o diversa figura professionale ufficiale relativa alle predette informazioni), che deve essere sempre prima consultato, agendo poi sotto la sua esclusiva responsabilità, oltre che quella propria personale; gli autori declinano ogni responsabilità, diretta o indiretta, in merito alle scelte fatte conseguentemente alla conoscenza delle informazioni di qualsiasi tipo contenute in questo libro].

INDICE

PREMESSA (fondamentale)

(Per la comprensione del presente libro, è essenziale che la lettura sia effetuata con la massima attenzione e profondità, parola per parola, nella esatta sequenza di tutte le sezioni, compreso capitoli e paragrafi, disposte già in modo opportuno, perchè non si può capire la successiva se non si è prima capita la precedente).

Il PRESENTE LIBRO costituisce la sintesi delle informazioni SCIENTIFICHE PIU' AVANZATE AL MONDO e soprattutto più efficaci in assoluto dal punto di vista del PROGRESSO della specie umana verso finalmente una società prima SOSTENIBILE e poi NATURALE.

Il PROGETTO 3M è la sintesi dell'applicazione pratica di tale PROGRESSO, dal livello INDIVIDUALE fino al livello MONDIALE.

Innanzi tutto va un ringraziamento particolare a tutte le CENTINAIA di SCIENZIATI mondiali principali che hanno contribuito in tali ricerche scientifiche, dalla fisica particellare, alla fisica nucleare, meccanica quantistica, astrofisica, biofisica, biochimica, biologia molecolare, paleoantropologia moderna, anatomia comparata, fisiologia comparata, morfologia funzionale comparata fitozoologica, scienza dell'alimentazione moderna, medicina moderna, patologia moderna, terapeutica moderna, ecosistemica moderna, urbanistica comparata moderna, scienza economica e finanziaria applicata moderna, scienza politica applicata moderna, sociologia applicata moderna, scienza della conversione industriale, scienza moderna dei sistemi di produzione alimentare mondiale, scienza delle costruzioni moderna, scienza della eco-produzione energetica mondiale, ecc.

il tutto senza ideologie ma con la sola tecnica di base più avanzata del PROBLEM SOLVING moderno, e soprattutto con l'UNICO obiettivo che hanno tutte le SCIENZE al mondo: la **FELICITA**' dell'intera specie umana, cioè quell'armonia con se stessi, con gli altri e con la natura, che ormai sta diventando sempre di più il PARAMETRO FONDAMENTALE anche di tutte le costituzioni giuridiche mondiali, dall'ONU fino ad ogni costituzione nazionale dell'intero pianeta.

Il progetto 3M è una proposta (scientifica e pratica) molto semplice per evitare di far rimanere ciò solo un sogno, ma per finalmente poter raggiungere tale obiettivo, dimostrando che, con l'analisi scientifica PIU' MODERNA ed avanzata, prima di tutto E' MOLTO PIU' SEMPLICE DI QUELLO CHE SEMBRA, ma soprattutto che dobbiamo realizzarlo IMMEDIATAMENTE, a cominciare dal livello personale, proprio per avere almeno la speranza di RIUSCIRE A SUPERARE LE GRANDI CRISI MONDIALI IN ATTO, che riguardano esattamente la struttura stessa del modello di "sviluppo" INSOSTENIBILE attualmente operativo sul pianeta, dalla CRISI ALIMENTARE MONDIALE, alla CRISI URBANISTICA MONDIALE, alla CRISI ENERGETICA MONDIALE, la triade micidiale che costituisce proprio esattamente l'ASSE CENTRALE e PORTANTE di assolutamente TUTTI i problemi che devastano oggi l'intera società planetaria.

La NOVITA' SCIENTIFICA ASSOLUTA di questo testo è che finalmente I PIU' GRANDI SCIENZIATI AL MONDO in ogni campo hanno accettato di APRIRE LETTERALMENTE i propri armadietti professionali più preziosi, contenenti LE PIU' GRANDI SCOPERTE SCIENTIFICHE DI TUTTI I TEMPI in ogni settore TENUTE SEGRETE PER DECENNI, e talvolta tramandate addirittura per qualche secolo, senza che la popolazione purtroppo avesse la minima idea che esistessero, a cominciare proprio dagli altri stessi professori universitari specialisti del campo relativo.

Infatti, la COMPETITIVITA' micidiale presente in maniera sempre crescente in questo modello di sviluppo, che costringe le persone in qualsiasi campo a essere di base poco collaborative e addirittura ad essere spesso l'una contro l'altra, CON LA PIU' STRETTA PROTEZIONE DEI SEGRETI PROFESSIONALI, è penetrata purtroppo molto a fondo fino persino a livello UNIVERSITARIO più alto, anche per proteggere la minima sicurezza di una carriera universitaria personale, arrivando addirittura a fare in modo che troppo spesso nemmeno il collega professore universitario della porta accanto abbia la più lontana idea di quello che conosce il collega più vicino dello stesso identico settore scientifico: spesso si tratta di risultati di ricerche SCIENTIFICHE di ALTISSIMO PROFILO, ritenute ancora poco complete per essere pubblicate, ma che, una volta integrate con altre ricerche parallele altrettanto sconosciute, non solo raggiungono la COMPLETEZZA ASSOLUTA, ma addirittura diventano immediatamente di PORTATA MONDIALE colossale.

E' letteralmente incredibile l'efficacia e l'efficienza infinita che può raggiungere il meccanismo dell' **INTERDISCIPLINARIETA' SCIENTIFICA**, in quanto il semplice INCROCIO DI DATI SCIENTIFICI, anche apparentemente scollegati tra loro, può fare giungere a RISULTATI SCIENTIFICI che NEMMENO addirittura altri MIGLIAIA DI ANNI di ricerche SEPARATE potevano minimamente far raggiungere: questo per il semplice motivo che LA REALTA' E' FATTA di parti assolutamente collegate, ma persino TOTALMENTE INTERDIPENDENTI l'una dall'altra, come anche la fisica quantistica più moderna ha ormai completamente appurato.

Ad esempio, INCROCIANDO i dati scientifici sconosciuti ufficialmente, principalmente della paleoantropologia, della paleobotanica, dell'anatomia comparata, della trofologia comparata e della fisiologia comparata, si è giunti a RISULTATI SCIENTIFICI SPERIMENTALI successivi sulla SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE MODERNA e sulla MEDICINA MODERNA (patologia e terapeutica moderne), che anche agli specialisti più avanzati al mondo dei relativi settori apparivano all'inizio del tutto INCREDIBILI, ma che con l'approfondimento ulteriore di ogni dettaglio sono diventati ora persino banali, vista la riproducibilità SEMPLICISSIMA della loro applicazione: più precisamente, grazie proprio al suddetto

INCROCIO di dati scientifici, nella scienza dell'alimentazione moderna, passando anche per la rilevazione del fabbisogno proteico INDOTTO relativo ai vari modelli alimentari, si è finalmente individuata perfettamente proprio l' ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA, con risultati sullo STATO di SALUTE, ENERGIA e POTENZA MUSCOLARE dell'individuo, che sono compatibili addirittura con il termine PERFEZIONE;

nel campo della medicina moderna, soprattutto TERAPEUTICA MODERNA, passando anche per l'individuazione finalmente esatta della DINAMICA e CINETICA EZIOPATOGENETICA UNITARIA di incredibilmente assolutamente TUTTE LE PATOLOGIE ESISTENTI sull'intero pianeta, e della relativa impostazione TERAPEUTICA SPECIE-SPECIFICA per la specie umana, si è raggiunta la verifica sperimentale stupefacente della GUARIGIONE TOTALE di tutti i pazienti relativi ad OGNI categoria patologica, a cominciare proprio dalle PATOLOGIE considerate PIU' GRAVI IN ASSOLUTO AL MONDO, dal quadro clinico-sintomatologico fino alle relative analisi strumentali, sotto ogni profilo diagnostico.

Data la portata MONDIALE addirittura colossale del positivissimo impatto che questi RISULTATI SCIENTIFICI avranno sull'INTERO modello di sviluppo attuale, a cominciare dal dal SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE che risolverà immediatamente la predetta CRISI ALIMENTARE (e TERAPEUTICA) MONDIALE, e addirittura anche conseguentemente la CRISI URBANISTICA ed ENERGETICA MONDIALI (che, come vedremo, sono strettamente collegate con la crisi alimentare), le MOLTE CENTINAIA di SCIENZIATI predetti che hanno unito i risultati sperimentali ultradecennali iniziali e poi incrociati con quelli dei colleghi delle altre discipline scientifiche, hanno ritenuto opportuno PREFERIRE L'ANONIMATO nella diffusione delle relative conclusioni sperimentali contenute in questo testo, soprattutto per fornire l'ESEMPIO ed il messaggio al mondo di UNIRE URGENTEMENTE TUTTE LE COMPETENZE E SOPRATTUTTO INFORMAZIONI, a cominciare proprio da quelle SCIENTIFICHE, visto sia il conseguente INCREMENTO ESPONENZIALE della VELOCITA' di SOLUZIONE dei PROBLEMI PRATICI che assillano l'umanità da almeno numerosi MILLENNI, e sia che è specialmente proprio la PRIMITIVISSIMA PROTEZIONE della cosiddetta "titolarità" della scoperta A FRENARE QUESTO INCROCIO ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE DI TUTTE LE INFORMAZIONI SCIENTIFICHE.

Si ricorda, però, che l'UNIONE delle informazioni e competenze scientifiche, per essere EFFICACE, deve essere effettuata sempre con l'UNICO OBIETTIVO DI RISOLVERE UN PRECISO PROBLEMA PRATICO che ostacola il BENESSERE e la FELICITA' dell'uomo, il più possibile di portata MONDIALE; questo è, infatti, l'unico VERO obiettivo della scienza: IL PARAMETRO OGGETTIVO DELLA FELICITA' DELLA SPECIE UMANA.

MAI dimenticare che il più grave errore IN ASSOLUTO che può commettere uno scienziato è proprio quello di scollegare lo STRUMENTO (scienza) dall' ASSOLUTAMENTE UNICO OBIETTIVO per il quale è nata (felicità dell'umanità).

Infatti, se ci troviamo ancora in una società mondiale talmente PRIMITIVA che NEMMENO riesce a sfamare la grande maggioranza dei i suoi abitanti (oltre 4,8 miliardi in aumento di persone su 7 soffrono e muoiono per fame), che NEMMENO riesce a dare un tetto decente alla grande maggioranza dei suoi abitanti (oltre 4,3 miliardi in aumento di persone su 7 sono costrette a vivere in bidonville, discariche e analoghi), che NEMMENO riesce ad uscire dalla schiavitù primitivissima del petrolio (portando alle devastazioni climatiche dovute al surriscaldamento globale, con decine di migliaia di morti all'anno in aumento esponenziale), ecc.

questo lo dobbiamo SOPRATTUTTO ad una scienza (da "scientia" = conoscenza) (dalla scienza dell'alimentazione fino alla scienza economica e politica, incluse tutte le implicazioni relative al potere e profitto economico) che dichiaratamente ancora IGNORA UNA SOLUZIONE PRATICA UNITARIA ai suddetti problemi DI BASE del pianeta, a cominciare dagli oltre **40.000 BAMBINI** in aumento AL GIORNO CHE MUOIONO LETTERALMENTE DI FAME.

Ecco il motivo fondamentale per cui la scienza MAI deve perdere di vista il suo UNICO obiettivo del benessere e soprattutto FELICITA' della specie umana, e quindi in primis di **SOLUZIONE PRATICA DEI PROBLEMI**, in OGNI facoltà scientifica, altrimenti la scienza stessa rimane una PURA ELUCUBRAZIONE MENTALE, e procede, di conseguenza, proprio nella direzione esattamente OPPOSTA a quello per cui è nata.

Per questo motivo, il ruolo URGENTISSIMO della SCIENZA mondiale odierna è proprio quello, oltre di UNIRE le informazioni e competenze verso la SOLUZIONE PRATICA dell'intera problematica mondiale, di fondare il tipo di SCIENZA PIU' EVOLUTA IN ASSOLUTO, e che si basa proprio su PARAMETRI e STRUTTURA che consentono alla scienza stessa di essere soprattutto finalmente EFFICACE nella **SOLUZIONE IMMEDIATA** degli ENORMI PROBLEMI MONDIALI e quindi verso la stessa FELICITA' dell'intera specie umana: cioè quello che nel presente testo è stato definito OLOSCIENZA, i cui parametri e struttura di base sono spiegati più avanti.

Dunque, con questo testo le CENTINAIA di SCIENZIATI suddetti, oltre, primariamente, a proporre la SOLUZIONE UNITARIA e VELOCE delle TRE problematiche PORTANTI dell'attuale MODELLO DI SVILUPPO,

CRISI ALIMENTARE MONDIALE,
CRISI URBANISTICA MONDIALE
e CRISI ENERGETICA MONDIALE,

sintetizzata nel semplice PROGETTO 3M, che sfocia nella proposta di DIRETTIVA (ONU) PER LA SOCIETA'

SOSTENIBILE E SOCIETA' NATURALE, secondariamente, fondano la suddetta OLOSCIENZA, i cui parametri di base sono quelli postdetti, e la cui struttura di base è proprio esattamente quella del PRESENTE TESTO, che rispecchia la massimamente POTENTE PROCEDURA FONDAMENTALE per affrontare e RISOLVERE qualsiasi problema relativo alla specie umana, di portata anche MONDIALE: la sequenza oggettiva PASSATO, PRESENTE e FUTURO, perche solo conoscendo scientificamente il PASSATO (cioè l'ORIGINE di una specie animale, come la SPECIE UMANA, tramite la paleoantropologia moderna), ed INCROCIANDOLO con i dati scientifici del PRESENTE

[dell'anatomia comparata, della fisiologia comparata, ma soprattutto della avanzatissima morfologia funzionale comparata fito-zoologica, che analizzano la struttura anatomo-fisiologica della nostra specie attuale, INCROCIATI, a loro volta, con i dati scientifici della scienza dell'alimentazione moderna, medicina moderna, patologia moderna e terapeutica moderna, ottenendo anche la conoscenza esattissima del "CARBURANTE" specie-specifico dell'organismo della SPECIE UMANA ASSOLUTAMENTE l'UNICO AL MONDO che consente (come per ogni specie animale) una SALUTE PERFETTA, e che, indicando indirettamente l'EZIOPATOGENETICA TOTALE nella specie umana, di impostare soprattutto una TERAPEUTICA SPECIE-SPECIFICA TOTALE E VELOCE che permette di uscire DEFINITIVAMENTE dalla condanna di ASSOLUTAMENTE TUTTE le patologie],

è almeno minimamente possibile poter delineare, tramite l'ecosistemica moderna, l'urbanistica comparata moderna, ecc. anche TUTTI i parametri di base che deve avere un modello di società del FUTURO adatto alla SPECIE-UMANA (dal sistema di produzione alimentare SPECIE-SPECIFICO, fino al modello insediativo SPECIE-SPECIFICO), che deve assolutamente essere, appunto, PERFETTAMENTE ADATTO alla specie animale in questione, la SPECIE UMANA, proprio per consentirle (come si fa per qualsiasi altra specie animale) di innescare tutti quei parametri SPECIE-SPECIFICI di base che consentono anche al sistema nervoso della specie in questione di raggiungere la SITUAZIONE BIOFISICA di MINIMA ENERGIA STRUTTURALE che definiamo "FELICITA'".

Di conseguenza, le CENTINAIA di SCIENZIATI suddetti, sperano di trovare appoggio soprattutto pratico da tutti i loro colleghi del mondo nel cominciare IMMEDIATAMENTE a costituire (come anche sancito da un comma della suddetta proposta di DIRETTIVA ONU, che vedremo nell'ultimo capitolo) almeno in OGNI città del pianeta, un nuovo tipo EVOLUTISSIMO di UNIVERSITA', pure con sede diversa da quelle attuali, cioè l' UNIVERSITA' OLOSCIENTIFICA, comprendente SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la suddetta **OLOSCIENZA**, e che, come tutte le strutture **PIU' PROGREDITE IN ASSOLUTO**, deve avere una impostazione SEMPLICE ed EFFICACE, a cominciare dall'avere un' UNICA facoltà universitaria, con un corso di LAUREA di 5 anni, che, attraverso la struttura temporale predetta, comprende TUTTE le materie contenute nel PRESENTE TESTO, con la stessa sequenza:

OLOSCIENZA:

1) Paleoantropologia moderna
2) Anatomia comparata e Morfologia funzionale comparata fitozoologica
3) Fisiologia comparata
4) Scienza dell'alimentazione moderna
5) Medicina moderna (Patologia moderna e Terapeutica moderna)
6) Gerontologia moderna
7) Ecosistemica moderna.

L'UNIVERSITA' OLOSCIENTIFICA formerà dottori in OLOSCIENZA con un valore giuridico di laurea almeno uguale, o addirittura SUPERIORE, a quello delle altre lauree di MASSIMO LIVELLO delle università statali; inoltre, siccome l'ecosistemica moderna comprende anche sottomaterie che vanno dall'urbanistica comparata moderna, fino all'analisi giuridico-economica dell DIRETTIVA PER LA SOCIETA' SOSTENIBILE E SOCIETA' NATURALE, che sono esattamente proprio le UNICHE discipline universitarie che conferiscono una COMPETENZA REALE e persino SPECIALISTICA al MASSIMO LIVELLO MONDIALE nel PROBLEM SOLVING urgentissimo proprio soprattutto delle TRE predette problematiche PORTANTI dell'attuale modello di sviluppo mondiale,

CRISI ALIMENTARE MONDIALE,
CRISI URBANISTICA MONDIALE
e CRISI ENERGETICA MONDIALE,

la cui SOLUZIONE VELOCE verso una società globale almeno SOSTENIBILE rappresenta poi lo scopo FINALE di tutta l'OLOSCIENZA, i DOTTORI in OLOSCIENZA saranno proprio le persone PIU' QUALIFICATE AL MONDO, più precisamente le UNICHE QUALIFICATE, per essere inserite in TUTTE le ISTITUZIONI INTERNAZIONALI e NAZIONALI che hanno il dovere anche giuridico urgentissimo, addirittura emergenziale, di portare il pianeta verso una società almeno SOSTENIBILE, a cominciare dall'ONU, STATI UNITI, UNIONE EUROPEA, e analoghi internazionali, fino a tutti i PARLAMENTI nazionali delle 192 nazioni dell'INTERO PIANETA.

INTRODUZIONE

Lo scopo della vita è uno solo: la FELICITA'. Proprio esattamente il massimo che si può desiderare nella vita:

essa è basata sulla sensazione massima di benessere (sia psichico che fisico), sulla sensazione più alta di serenità, sulla soddisfazione interiore più profonda sotto tutti gli aspetti, e quindi consiste nella sensazione massima di

ARMONIA CON SE STESSI, CON GLI ALTRI E CON LA NATURA,

e tutto ciò sfocia inevitabilmente in una sensazione risultante della più alta e profonda allegria, con minime piacevolissime oscillazioni e soprattutto in maniera assolutamente continuativa per tutta la vita.

Questo testo cerca di dare almeno gli "strumenti" (naturali) assolutamente essenziali e quelli del tutto fondamentali per raggiungerla.

In termini scientifici, la felicità altro è che la situazione strutturale di minima energia dell'intero sistema materiale, ad esempio, umano, costituito da innumerevoli miliardi di miliardi di particelle subatomiche.

La natura ha fatto le cose molto semplici; sempre in natura (ovviamente adatta alla nostra specie), questa situazione strutturale di minima energia, e, quindi, assolutamente tutte le sensazioni sopra descritte, si ottengono AUTOMATICAMENTE, senza nessun minimo impegno ma addirittura con nostra stessa grande e immensamente piacevole sorpresa, in un UNICO, solo e del tutto esclusivo MODO, ed assolutamente in nessun altro: la SALUTE PERFETTA (che, quindi, a rigore, in natura, è praticamente sinonimo proprio di FELICITA'), (come vedremo meglio nei capitoli successivi).

Ovviamente la salute, e' più che solo "potersi muovere e respirare senza nessun dolore apparente", o "analisi ematico-chimiche entro i valori", o "TAC e diagnosi totale perfetta", anche perchè, tra i moltepici esempi che si possono fare, è notissimo il fatto (come per esempio il fenomeno, fra i moltissimi di questo tipo, sempre più diffuso in tutto il pianeta e addirittura del tutto inspiegabile per la medicina ufficiale, delle cosiddette "morti bianche" nel campo medico) che un numero sempre maggiore di persone che si vantava proprio di aver riscontrato tutte quelle caratteristiche di analisi perfette, è improvvisamente morta, anche il giorno dopo, senza assolutamente nessuna causa apparente (anche dopo la biopsia e tutte le analisi dopo il decesso); la salute è, quindi, anche per questo motivo, INFINITAMENTE molto di più.

Dobbiamo solo pensare che il nostro organismo è fatto di innumerevoli miliardi di cellule, le quali, a loro volta, sono fatte di innumerevoli miliardi di unità strutturali (molecole, atomi, ioni), le quali, a loro volta, nel loro complesso, sono fatte di innumerevoli miliardi di particelle subatomiche (protoni, neutroni, elettroni e soprattutto materia non barionica), le quali, a loro volta sono fatte di innumerevoli miliardi di (come ci insegna la fisica subnucleare) semplicissime onde elettromagnetiche, cioè energia pura.

Siamo cioè un semplice "sacchetto di energia", in termini più esatti siamo un sistema enormemente complesso e sofisticatissimo esclusivamente di innumerevoli miliardi di miliardi di onde eletromagnetiche; il problema è che i medici, e nessuno scienziato al mondo sa esattamente cos'è l'energia, un'onda elettromagnetica, di cosa sia fatta, come funzioni esattamente, il meccanismo degli innumerevoli tipi di loro interazione, e specialmente quando essa entra a cosituire tutta la nostra materia non barionica (la famosissima materia "invisibile" scoperta da pochi decenni) che costituisce molto più del 99,99% di tutto il nostro organismo, che nessuna strumentazione medica al mondo può nemmeno lontanamente rilevare [e mai potrà mai farlo (senza causare una enorme modifica della materia non barionica stessa) nemmeno nel futuro per semplici questioni di meccanica quantistica].

Cioè, quando facciamo un qualsiasi tipo di analisi o diagnosi medica esistente al mondo, stiamo misurando solamente ed esclusivamente una infinitesima parte di tipo di materia (la materia barionica) che costituisce QUASI NIENTE del nostro organismo, molto meno dello 0,01% dei tipi di materia esistenti dentro di noi.
Ma, addirittura anche della materia barionica stessa conosciamo pochissimo: ad esempio ci sono migliaia di tipi di molecole di cui ignoriamo la formula di struttura (e tanto meno il loro comportamento e la loro funzione) che girano a innumerevoli miliardi, in ogni secondo, nel nostro organismo, e che mai potremo conoscere perchè si modificano totalmente o addirittura si danneggiano del tutto alla più semplice interazione misurativa con qualsiasi tipo di materia o energia (anche per lo stesso principio fisico di indeterminazione), ecc.

Gli scienziati si stanno sempre più accorgendo, quindi, anche per questi semplici motivi di fisica subnucleare e meccanica quantistica uniti, tra l'altro, al famoso principio di indeterminazione (di Heisemberg), che la scienza principale attuale, la cosiddetta scienza parzialista (cioè quella che cerca di capire ad esempio il nostro organismo con la "parte", vale a dire molecola per molecola, atomo per atomo, particella per particella, ecc.; a volte viene erroneamente detta "riduttivista", termine inesatto, perchè, a rigore, anche la postdetta oloscienza può ridurre l'esame analitico fino ai minimi dettagli oloscientifici), nemmeno capira' del tutto lontanamente o minimamente (stiamo parlando di molto meno dello 0,01% di materia del nostro organismo tecnicamente analizzabile, e addirittura di solo una infinitesima parte anche di quest'ultimo),

cosa sia ad esempio la salute, ma tanto meno da cosa essa dipenda e ancora tanto meno, quindi, come si possa ottenere o ristabilire.

La scienza del futuro: l'OLOSCIENZA anche per risolvere questo problema scientifico totalmente basilare, principalmente negli ultimi 3 secoli si è sviluppata quella che si può definire finalmente la scienza del futuro: l' OLOSCIENZA (da evitare di confondere con la cosiddetta "scienza olistica").

Essa si basa sul PRINCIPIO (e legge fisica) OLISTICO, ormai del tutto dimostrato e assodato da decenni [(da "olos"= tutto) cioè "la somma delle parti è diversa dal tutto", vale a dire ad esempio che se anche, per assurdo, si conoscesse molecola per molecola, particella per particella, tutto l'organismo, la risultante finale dell'interazione (sinergia) di esse, sia parziale che totale, sarebbe molto diversa, anche esattamente opposta, dal comportamento di ogni molecola o particella singola

(ciò si nota anche in piccolo, addirittura tra due sole molecole: quando due molecole reagiscono tra loro e si forma, ad esempio, una terza molecola risultante, quest'ultima ha un comportamento biochimico sempre molto diverso, spesso addirittura opposto, rispetto alle due molecole da cui essa stessa pur prende origine; se ciò è valido per solo due molecole figuriamoci nell'interazione tra i miliardi di miliardi di molecole nel nostro organismo)

e che, quindi, assolutamente l'unico modo possibile per affrontare e risolvere il problema della conoscenza consiste nel considerare mai solo la "parte" ma il "TUTTO", e cioè partendo sempre dall'analisi più esterna della realtà, come per esempio, tra le tantissime tipologie oloscientifiche, la evolutissima, precisissima e oggi anche sofisticatissima Morfologia funzionale comparata fitozoologica, che vedremo più avanti], e, allo stesso tempo, sul medesimo METODO SPERIMENTALE che usa la scienza principale attuale [cioè fondamentalmente basato sulle tre fasi: osservazione (compresa misurazione), teoria e verifica sperimentale].

In questo testo si esamina la realtà, quindi, fondamentalmente con un approccio moderno olo-scientifico, ma si è costretti (solo per una comprensione maggiore da parte di un settore più ampio della popolazione) spesso ad usare anche un approccio ancora par-scientifico (scientifico parzialista) perchè ci troviamo in una fase di transizione scientifica proprio tra l'antico metodo parzialista e quello moderno, infinitamente più sofisticato e preciso, oloscientifico.

Oloscienza applicata a salute e alimentazione (quindi a felicità) Dunque, per capire cosa è, ad esempio, la salute, da cosa dipende e come si può ottenere o ristabilire, è assolutamente indispensabile SOLO ED ESCLUSIVAMENTE un approccio OLOSCIENTIFICO [come dicevamo, il più moderno esistente oggi, e sembra anche ormai definitivo del futuro (visto che risolve, e nel modo più veloce, i problemi) sul pianeta].

E' molto semplice, basta considerare l'ORGANISMO UMANO nel suo complesso (cioè nel suo "TUTTO", anche analitico): Siccome OGNI SINGOLO ATOMO DI TUTTO IL NOSTRO ORGANISMO PROVIENE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DAL CIBO, la SALUTE è un EQUILIBRIO BIOFISICO che è praticamente sinonimo di ALIMENTAZIONE NATURALE PERFETTA, cioè semplicemente ADATTA ALLA NOSTRA SPECIE.

Ora, visto che la FELICITA' (come vedremo meglio nei capitoli successivi), in natura, è praticamente SALUTE PERFETTA e questa praticamente ALIMENTAZIONE NATURALE PERFETTA, eseguiamo specialmente su quest'ultima proprio un'analisi oloscientifica.

Esattamente come procede un progettista di una automobile, che deve specificare perfettamente qual'è il carburante adatto ad essa (visto che, nel caso se ne usasse un altro diverso, anche di poco, come minimo l'automobile prima subirebbe dei danni, arrivando gradualmente poi alla rottura definitiva), (a rigore, per l'uomo l'alimentazione è INFINITAMENTE più del carburante, visto che va a COSTRUIRE letteralmente anche la TOTALITA' assoluta della sua STRUTTURA, fino al dettaglio persino più INFINITESIMO),

l'Oloscienza, dopo un esame sempre più approfondito durato oltre 3 secoli (iniziato anche da Cuvier, uno dei più grandi scienziati mai esistiti, fondatore pure della evolutissima scienza anatomia comparata, insegnata ancora oggi in tutte le università dell'intero pianeta, ma giunta ultimamente a livelli sofisticatissimi, anche quasi fino la morfologia funzionale comparata fitozoologica), arriva ad una conclusione molto precisa, specifica ed approfondita, visto anche che l'argomento felicità è il più IMPORTANTE IN ASSOLUTO di tutta la nostra vita (sia come individui singoli che come intera specie umana).

Anche per ognuno di noi, se riusciamo a comprenderne la sua massima importanza e la vastità totalmente planetaria di tutte le sue conseguenze, conviene, basta solo ed esclusivamente su questo argomento, nell'intera nostra vita, PUNTARE SEMPRE VERSO IL MASSIMO, e con la più estrema precisione, pure perchè, come sempre, se si punta anche solo minimamente un po’ più in basso nemmeno si ottiene quello.

Utilizzando tutti i più evoluti e sofisticati settori analitici dell'intera Oloscienza, a livello mondiale, come, ad esempio, la Paleoantropologia (moderna), l'Anatomia comparata, la Morfologia funzionale comparata fitozoologica, la Fisiologia comparata, la Scienza dell'alimentazione (moderna), la Medicina (moderna),[la Patologia (moderna), la Terapeutica

(moderna)], l'Ecosistemica (moderna), ecc.,

si è giunti alla più approfondita ed del tutto fondamentale CONCLUSIONE SCIENTIFICA mai ottenuta sulla specie umana [per le sue massime conseguenze positive individuali e sociali, per la sua totale portata planetaria, e soprattutto (come vedremo) per la sua profonda capacità risolutiva, sia diretta che indiretta, addirittura della stessa completa struttura portante dell'intera problematica negativa e urgente che affligge tutta la comunità mondiale]:

la SPECIE UMANA è fruttivora ed in particolare è assolutamente MALIVORA [da "malum"(a sua volta da "malon"= il frutto) = mela, invece di "onnivora", carnivora, granivora, erbivora, o frugivora (da "fruges"= frutta e parti tenere di vegetali),].

Analizziamo, ora, almeno le suddette scienze (ordinate e sviluppate pure in ordine temporale: passato, presente e futuro), approfondendo anche come, da questa sola semplicissima conclusione scientifica, si sviluppano e sintetizzano ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI ASPETTI DELLA VITA, e addirittura lo fanno fino al raggiungimento finale, sia come individui singoli che come intera specie, persino a livello totalmente planetario, della nostra più completa e totale FELICITA'.

Cap. 1: PALEOANTROPOLOGIA moderna

La PALEOANTROPOLOGIA (da "palaios" = antico, "anthropos" = uomo, "logeia" nel senso di scienza) è la scienza che studia l'origine della specie umana.

La paleoantropologia MODERNA, ovviamente, lo fa nella maniera più approfondita, e soprattutto sfruttando tutti gli avanzatissimi strumenti della predetta OLOSCIENZA, a cominciare dall'enormemente efficace INCROCIO dei dati di moltissime discipline scientifiche. Origine universale della specie umana

Per capire almeno minimamente come è nata la specie umana su questo pianeta, è assolutamente fondamentale conoscere prima perlomeno i dati di base relativi alla nascita della materia stessa di cui è fatta, e poi della vita stessa (di cui è fatta).

Tramite l'astrofisica sappiamo che l'universo si è formato circa 14 miliardi di anni fa, e da subito esso si è basato quasi esclusivamente sulla fisica dell'idrogeno, elemento che costituisce, ancora oggi, addirittura oltre il 99% della materia dell'intero universo; le stelle stesse sono fatte mediamente per oltre il 99% di idrogeno, e solo tramite la fusione nucleare riescono a produrre gli altri atomi di cui (sempre con l'idrogeno in totale prevalenza) sono fatti i pianeti ed è fatto anche l'uomo: siamo, cioè, letteralmente, figli delle stelle.

Ciò è fodamentale per comprendere la specie umana in quanto, è proprio per questi motivi astrofisici, che ancora oggi anche l'uomo è fatto per oltre l'80% di idrogeno (in numero di unità strutturali atomiche); funzioniamo, cioè, esattamente con la stessa struttura portante di idrogeno con cui da 14 miliardi di anni funzionano anche le nostre vere e proprie mamme: le stelle.

Successivamente, circa 5 miliardi di anni fa è nata la nostra stella, il sole, e l'intero sistema solare, e, finalmente, circa 4 miliardi di anni fa nasce la vita sul nostro pianeta.

Ovviamente anche la vita (come insegna chiaramente la biofisica) nasce sempre con la stessa struttura portante di idrogeno, come tutto il resto dell'universo: l'unica differenza rispetto alle stelle è che si è a temperatura più bassa e quindi, riuscendo gli elettroni a stare più vicini ai rispettivi nuclei atomici, dalla fisica dell'idrogeno si passa alla chimica dell'idrogeno.

La struttura portante dell'universo (compreso il nostro pianeta e la vita stessa): il ciclo H (ciclo dell'idrogeno) (A parte il primissimo periodo di utilizzo del metano ed altre varianti minoritarie, ma solo perchè inizialmente l'atmosfera aveva una composizione chimica diversa) la VITA nasce esattamente con i nostri nonni (biologici) più antichi, i primi batteri, che usavano [ovviamente nella soluzione acquosa del protoplasma, con totale prevalenza di acqua (H_2O) e quindi di idrogeno] esclusivamente questa semplicissima (ma fondamentale e ancora assolutamente centrale, come vedremo, specialmente per la specie umana) formula chimica (qualitativa) di base:

$H_2O+CO_2=C_6H_{12}O_6+O_2$ (cioè: acqua + anidride carbonica = glucosio + ossigeno).

Questa formula, a rigore, in dinamica biofisica, altro è che, fondamentalmente, lo stesso ciclo H (ciclo dell'idrogeno) relativo al sistema stella-pianeta, in dinamica astrofisica, che rende in equilibrio il sistema stesso, presente e perfezionato in tutto l'universo attuale (ovviamente in astrofisica, in termini di protoni H^+, dalla fusione nucleare fino ai raggi cosmici).

La vita stessa nasce con una relazione interspecifica simbiotica (traduzione organica del ciclo H): il "fruttivorismo" primitivo dei primi batteri Ora, se questa fomula chimica si legge da sinistra a destra, è esattamente la fisiologia di base dei vegetali [dai batteri vegetali (detti autotrofi) agli alberi fruttiferi attuali],

[a livello biofisico questa fase si chiama elevazione H (in gergo "salita H"), in cui appunto l'idrogeno letteralmente sale, accompagnato dall'ossigeno, sotto forma principalmente di acqua (ad esempio, della linfa dell'albero fruttifero), il cui idrogeno, una volta salito in alto (a livello delle foglie, nei cloroplasti), viene staccato dall'ossigeno tramite la luce solare (fotolisi dell'acqua), ed attaccato al carbonio della CO_2 dell'aria (respirata dalla pianta), formando il glucosio (fotosintesi), che viene inserito nel frutto (dove, una volta consumato dall'animale, l'idrogeno | del glucosio inserito nel frutto| comincia la sua fase successiva |appunto, a chiudere il ciclo| di "discesa H")], se invece si legge in senso inverso, da destra verso sinistra, è esattamente la fisologia di base degli animali [dai batteri animali (detti eterotrofi) ai primati fruttivori (compreso l'uomo)],

[a livello biofisico questa fase si chiama abbassamento H (in gergo "discesa H"), in cui appunto l'idrogeno letteralmente scende, accompagnato dal carbonio, sotto forma principalmente di glucosio (nelle specie più evolute, di fruttosio), il cui idrogeno, una volta sceso in basso (ad esempio, sotto forma di frutto, lungo tutto il sistema digerente del primate fruttivoro, fino poi ai mitocondri delle cellule), viene ristaccato dal carbonio tramite la combustione mitocondriale, e riattaccato all'ossigeno dell'aria (respirata dal primate), riformando l'acqua, che viene riemessa, anche sotto forma di urina (la quale, in natura, ricadendo sulle radici dell'albero fruttifero, viene riassorbita da esse, e, di conseguenza, l'idrogeno |dell'acqua

urinata| ricomincia da capo, sotto forma di linfa, la sua fase successiva (appunto, ciclica) di "salita H")]. Cioè i batteri autotrofi (vegetali) prendevano H_2O+CO_2, e con essi creavano glucosio ($C_6H_{12}O_6$), (che emettevano in forma ancora libera, non polimerica) + ossigeno (che emettevano), esattamente quello che, ancora oggi, fanno, a rigore, solo ed esclusivamente gli alberi fruttiferi [che prendono acqua (H_2O) dalle radici + anidride carbonica (CO_2) dall'atmosfera, e con essi (tramite la fotosintesi nelle foglie) creano proprio il glucosio (insieme alla sua versione allotropica, cioè di stessa formula chimica bruta ma diversa formula di struttura, più evoluta, il fruttosio), che accumulano (in forma libera, non polimerica) nel frutto, e l'ossigeno, riemettendolo nell'atmosfera];

mentre, allo stesso tempo, i batteri eterotrofi (animali) si nutrivano con il glucosio (e relativamente pochissime altre molecole ausiliarie) appena così prodotto dai batteri vegetali, e "bruciandolo" con l'ossigeno riemettevano i relativi prodotti di combustione: anidride carbonica e acqua, esattamente quello che, ancora oggi, fanno, a rigore, solo ed esclusivamente i primati fruttivori (compreso l'uomo) [che si nutrono con il glucosio (e relativamente pochissime altre molecole ausiliarie: la massa secca di un frutto è fatta proprio dell'oltre il 96% di glucosio |o l'analogo fruttosio|) del frutto appena così prodotto dall'albero fruttifero, e "bruciandolo" con l'ossigeno riemettono i relativi prodotti di combustione: anidride carbonica e acqua].

La vita stessa è nata già perfettamente "fruttariana" Quindi, i primi batteri vegetali ed i primi batteri animali facevano esattamente quello che ancora oggi oggi fanno gli alberi fruttiferi e i primati fruttivori: i batteri vegetali producevano il "frutto primitivo" (sotto forma di glucosio, e in minima quantità tutti gli altri principi nutritivi, il tutto diluito in acqua, proprio perfettamente come il frutto evoluto di oggi), ed i batteri animali mangiavano solo e del tutto esclusivamente proprio quel "frutto primitivo": anche i primi batteri animali, nati su questo pianeta 4 miliardi di anni fa erano, cioè, del tutto esclusivamente "fruttivori".

Quindi la biochimica di base, anche da 4 miliardi di anni fa (cioè dalla nascita della vita, su questo pianeta) fino ad oggi è rimasta perfettamente la stessa: la vita è nata con una struttura di relazione interspecifica simbiotica, cioè la vita stessa è nata, dunque, già perfettamente e del tutto esclusivamente "fruttariana".

La vita medesima, come tutti i sistemi materiali dell'intero resto dell'universo, segue, in primo luogo, il principio fisico fondamentale della minima energia, che porta necessariamente e stabilmente sempre la vita stessa alla standardizzazione della soluzione biochimica più semplice [ciò che in fisica e biofisica è definita "la tendenza di qualsiasi sistema materiale (vivente e non) verso una situazione di minima energia", che, pure in biofisica, è la definizione stessa di evoluzione], più diretta, tra sistemi materiali vegetali e sistemi materiali animali, ad assolutamente minore spreco di energia, proprio come, sia in biochimica che addirittura in fisiologia stessa, può essere solo ed esclusivamente la soluzione del tutto simbiotica "formante glucosio (vegetale) e bruciante glucosio (animale)", cioè, in una parola sola, quella fruttariana.

La struttura a ciclo H "fruttivoro" della vita sarebbe identico in galassie di antimateria E' stato addirittura constatato che, anche in eventuali galassie fatte di antimateria (cioè, ad esempio, positroni, negatoni, ecc.), o singoli sistemi stellari (come il sistema solare) dotati di pianeti in cui si è sviluppata la vita, ma con il tutto fatto di antimateria, la configurazione strutturale biochimica di base della vita sarebbe esattamente identica a quella suddetta (anche se, ovviamente, almeno elettricamente speculare visto che trattasi di antimateria),come tutto l'universo, segue, prima di tutto, il principio della minima energia; l'unico problema sarebbe il semplice minimo contatto fisico tra due esseri viventi, uno fatto di materia (come noi) e uno fatto di antimateria (ad esempio un eventuale extraterrestre di galassia antimaterica), che porterebbe i 2 organismi all'annichilazione immediata, cioè nella trasformazione della loro totale massa istantaneamente in energia (cioè in onde elettromagnetiche, praticamente in un enorme fascio di luce potentissima), esattamente come avviene negli esperimenti di fisica nucleare relativi all'antimateria, anche negli acceleratori di particelle subatomiche di tutto il mondo.

Il fruttarismo è l'espressione organica macroscopica del ciclo H, che, a sua volta, è l'unica espressione fisica materialmente possibile del principio stesso della minima energia Il fruttarismo (nel senso più generale), quindi, altro è che la semplicissima espressione organica macroscopica del ciclo H, struttura intrinseca di base di qualsiasi forma dinamica dell'intero universo, dal sistema stella-pianeta (relativo alla forma materiale minerale) al sistema vegetale-animale (relativo alla forma materiale organica biologica), proprio in quanto il ciclo H è l'unica espressione fisica materialmente possibile dello stesso principio della minima energia; in altre parole, il "fruttarismo" (nel senso più generale, come ciclo H, sia "minerale" che "biologico") è l'unico funzionamento possibile dell'intero universo (dalla vita minerale alla vita organica).

Dalla sua comparsa sulla Terra, la vita ha presentato esclusivamente il ciclo H addirittura per oltre il 93% del tempo, cioè, la vita è stata ad impostazione esclusivamente "FRUTTIVORA" ADDIRITTURA PER OLTRE IL 93% DEL TEMPO.

La devianza H (come "carnivorismo", granivorismo" ed "erbivorismo") è solo una parziale deviazione pluricellulare assestativa temporanea che, per il semplice principio della minima energia, sta già riscomparendo in maniera esponenziale da oltre 60 milioni di anni, per il riassestamento completo anche pluricellulare del ciclo H (detto riassetto H):

FASE DI ASSESTAMENTO H PLURICELLULARE tra il ciclo H unicellulare ed il ciclo H pluricellulare

La vita sulla Terra, come predetto, è nata 4 miliardi di anni fa, ma è fondamentale sapere subito che per i primi addirittura oltre 3,5 miliardi di anni (cioè quasi tutto il tempo) gli assolutamente unici abitanti del pianeta sono stati solo ed

esclusivamente organismi unicellulari [quasi esclusivamente batteri, alcuni autotrofi (cioè "piante batteriche", come le cosiddette "alghe azzurre", già perfettamente dotate di clorofilla, e addirittura di un intero apparato fotosintetico |costituito principalmente da un sistema di membrane detto cromatoplasma e situato alla periferia della cellula| con le stesse funzioni fondamentali del cloroplasto più evoluto, ancora oggi presente nelle foglie anche dei nostri alberi), ed alcuni eterotrofi (cioe "animali batterici"), che, come predetto, si nutrivano essenzialmente del grumo di glucosio (il "frutto" primitivo) prodotto dall'apparato fotosintetico delle predette "piante batteriche", vicino alle quali vivevano], di impostazione biofisica sempre fedelissima al ciclo H di base (cioè "fruttivoro") con cui è nata la vita stessa.

In altri termini, il nostro pianeta per quasi tutto il tempo, dalla nascita della vita fino ad oggi, è stato sempre abitato da "foreste" di piccole piante fruttifere (produttrici di piccoli frutti), tra le quali vivevano, in perfetta simbiosi ed armonia, solo ed esclusivamente i piccoli animali fruttivori (i "primati monocellulari", che si nutrivano unicamente di quei piccoli frutti).

Come vedremo meglio più avanti, fenomeni (anche microscopici) come "carnivorismo", "granivorismo", "erbivorismo" ed analoghi, inesistenti per oltre 3,5 miliardi di anni, nemmeno avrebbero potuto esistere in quanto il meccanismo biologico della fagocitosi (cioè la possibilità stessa di un organismo unicellulare di "mangiare" un altro organismo unicellulare o una sua parte, vegetale o animale) è comparso su questo pianeta solo circa 0,5 miliardi di anni fa, esclusivamente nelle cellule eucariote [quindi non nei batteri "fruttivori" predetti, e nemmeno negli organismi monocellulari eucarioti (come i protozoi) comparsi prevalentemente poco prima (cenni di fagocitosi relativi a loro si sono rilevati solo successivamente)] dei primi organismi pluricellulari, inizialmente come meccanismo di difesa interno (ancora oggi, anche nell'uomo, la fagocitosi è presente, come eccezione in quanto molto dispendiosa di energie, in particolare come uno dei tipi di meccanismi di difesa del sistema immunitario), ma si è sviluppato di più come forma anche trofica (alimentare) pluricellulare (come vedremo meglio più avanti, solo per alcune specie, costrette da condizioni ecosistemiche estremamente fuori equilibrio biofisico), a partire esclusivamente da dopo 0,3 miliardi di anni fa, vale a dire dopo oltre addirittura il 93% del tempo della presenza della vita (unicamente di impostazione totalmente "fruttivora") sull'intero pianeta (e persino pur rimanendo sempre intatto il ciclo H di base della maggioranza delle forme viventi).

Tuttavia, il motivo della comparsa di questo fenomeno "fagocitario" a livello trofico pluricellulare (come predetto, ovviamente solo in una parte dei pluricellulari), [in biofisica detto devianza H, in biologia detto "relazione interspecifica predatoria" (cioè "carnivorismo", granivorismo", "erbivorismo" ed analoghi)], è solo un meccanismo di assestamento (e, come tale, ovviamente temporaneo, di natura sia strutturale, sia ecosistemica) del ciclo H presente esclusivamente nella fase di transizione dalla vita unicellulare alla vita pluricellulare e che già da oltre 60 milioni di anni sta in fase di riscomparsa ed estinzione totale, addirittura in maniera esponenziale.

Quindi, le componenti provvisorie che hanno determinato la devianza H temporanea (in una parte della specie) sono principalmente due, e fondamentalmente contemporanee: l'assestamento biostrutturale (da unicellulare a pluricellulare), e l'assestamento ecosistemico (prodotto dall'evoluzione geo-climatica); la prima è spiegata in questo paragrafo, la seconda nel paragrafo successivo.

L'assestamento biostrutturale da unicellulare a pluricellulare è stata una componente importante per la devianza H delle specie relative, in quanto mentre per strutturare un ciclo H unicellulare è sufficiente che la parte autotrofa (cioè la "pianta" unicellulare) produca essenzialmente un semplice grumo di glucosio per la parte eterotrofa (cioè l'"animale" unicellulare), per arrivare a strutturare un ciclo H pluricellulare la procedura è molto più complessa, anche se poi il risultato parziale e finale è, ovviamente, a minore energia strutturale.

Come sempre, la componente filogenetica (evolutiva) primaria (in senso temporale) della coevoluzione fito-zoologica (cioè tra piante ed animali) è stata vegetale (visto che produce le sostanze alimentari animali):

tramite la scienza della paleobotanica sappiamo chiaramente che per arrivare a riprodurre il ciclo H (cioè la situazione biofisica di minima energia) su scala pluricellulare (in maniera più semplice), il mondo vegetale ha dovuto prima strutturare una configurazione verticale di tipo primario (cioè senza struttura legnosa, dal mondo sottomarino fino alla conquista della terraferma, passando dalle alghe, alle briofite, alle pteridofite), poi ha dovuto strutturare una configurazione verticale di tipo secondario [cioè con l'aggiunta della struttura legnosa, che consentiva, tra l'altro, sia l'approvviggionamento di una maggiore quantità di luce per la fotosintesi (aumentando, con la possibilità di maggiore altezza della pianta, lo spazio volumetrico foliare a disposizione), sia una maggiore difesa nei confronti dell'azione trofica (alimentare) animale su di esse, passando dalle spermatofite gimnosperme alle spermatofite angiosperme monocotiledoni], ed infine ha dovuto strutturare la versione configurativa pluricellulare del grumo di essenzialmente glucosio (il "frutto" del mondo unicellulare) che il batterio vegetale offriva al batterio animale: cioè (grazie finalmente alle spermatofite angiosperme dicotiledoni) il frutto polposo, fino a quello che conosciamo noi oggi.

Parallelamente, in perfetta coevoluzione verso il riassestamento del ciclo H a livello pluricellulare (in maniera più semplice), il mondo animale ha dovuto prima strutturare una configurazione di tipo invertebrato e vertebrato primario (dal mondo sottomarino fino alla conquista della terraferma, passando dagli invertebrati, ai pesci, agli anfibi), poi ha dovuto strutturare una configurazione di tipo vertebrato secondario (passando dai rettili agli uccelli), ed infine ha dovuto strutturare la versione configurativa pluricellulare dell'anatomo-fisiologia "fruttivora" del batterio animale: cioè (grazie finalmente ai mammiferi) il primate (compreso la specie umana), fino a quello che conosciamo noi oggi. Questa transizione assestativa

tra il ciclo H monocellulare (batterio vegetale-batterio animale) ed il ciclo H pluricellulare (albero fruttifero-primate fruttivoro), (comportante anche la devianza H di parte delle specie), il cui completamento è stato impostato inizialmente circa 60 milioni di anni fa anche con la nascita dei primati e (come vedremo meglio più avanti) biofisicamente perfettamente completata 7 milioni di anni fa sulla Rift Valley, con la nascita anche della configurazione strutturale anatomo- fisiologica della specie umana, è detta **FASE DI ASSESTAMENTO H PLURICELLULARE.**

Uno dei dati fondamentali è anche che, rispetto all'enorme cambiamento avvenuto, il periodo di tempo occorso a questo assestamento strutturale biofisico pluricellulare del ciclo H è stato relativamente brevissimo (solo 0,3 miliardi di anni, rispetto ai 4 miliardi di anni dalla nascita della vita, e ai moltissimi altri miliardi di anni che la vita stessa può proseguire).

Come insegna chiaramente l'ecosistemica biofisica moderna, siamo ora nella relativamente brevissima fase di riassetto H finale delle ultime strutture pluricellulari (la maggior parte si sono già estinte nel corso dei milioni di anni, o riconvertite al ciclo H) ancora in devianza H provvisoria, come i cosiddetti "carnivori", "granivori", "erbivori" ed analoghi, che (come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica), proprio per la loro deviazione dal ciclo H (come le precedenti estinte o riconvertite), per il semplice principio della minima energia, sono anch'esse in relativa velocissima estinzione (o, al limite, conversione H) naturale.

Effetti dell'assestamento geo-climatico nel corso delle ere geologiche: devianza H (sua componente ecosistemica) e riassetto H

Come insegna la scienza paleoecosistemica, qualsiasi variazione dal "fruttivorismo" primordiale strutturale di base, tipo "erbivorismo", "granivorismo", "carnivorismo", ecc. (sia, eventuale, per gli organismi unicellulari che pluricellulari) è stata dovuta, nelle oscillazioni filogenetiche (evolutive), (oltre alla componente biostrutturale predetta) esclusivamente ad eventuali variazioni ecosistemiche in zone specifiche del pianeta che, variando la componente vegetale dell'ecosistema in modo tale da provocare carenza di glucosio/fruttosio (essenziale per ogni mitocondrio delle cellule animali), (i vegetali hanno assolutamente sempre fornito carboidrati in maniera diretta, anche se in forme spesso diverse, agli animali dello stesso ecosistema), costringevano l'animale a cibarsi ad esempio della pianta stessa (devianza H erbivora), oppure di embroni vegetali (i cosiddetti "semi") della pianta medesima (devianza H granivora), o, in carenza anche persino di vegetali, costringevano l'animale a cibarsi ad esempio addirittura di altri animali (devianza H carnivora). Quindi, tutte le forme di erbivorismo, granivorismo, carnivorismo, ecc. sono semplicissime deviazioni, dette infatti devianze H (cioè deviazioni dal ciclo H),

[o "adattamento" alimentare (come vedremo meglio più avanti, in anatomia comparata e fisiologia comparata per "adattamento" si intende modifica anatomo-fisiologica, precisata dai 6 postdetti relativi parametri)], assolutamente e del tutto forzatamente costrette (per almeno milioni di anni continuativi), da una variazione ecosistemica, dall'assetto trofico (alimentare) primario del "fruttarismo" (ciclo H), biochimicamente innato della vita stessa; la cosa totalmente fondamentale, però, anche sia nella scienza biofisica che in quella ecosistemica, è che, come predetto, tali deviazioni trofiche, andando pure fortemente contro il principio della minima energia, sono ovviamente comunque sempre del tutto temporanee, come vedremo meglio nel capitolo dedicato all'ecosistemica.

Un altro aspetto fondamentale della devianza H è che la specie animale coinvolta in questo fenomeno biofisico (erbivori, granivori, carnivori e analoghi), sempre per l'estrema tendenza alla minima energia di addirittura ogni sua singola unità strutturale (atomi, molecole, ioni, ecc.), tende continuamente e fortemente al riassetto H (cioè al ripristino del ciclo H di base della vita stessa), e, allo stesso tempo, è sempre operativa in lui (comprese le specie già in assetto di ciclo H), la massima resistenza a qualsiasi devianza H ulteriore.

Di conseguenza, mentre un carnivoro, in natura, attua anche l'assunzione di strutture materiali rispetto a lui più vicine al ciclo H [cioè un carnivoro, in natura, consuma anche vegetali, ad esempio, semi, verdure e frutta, addirittura con effetti salutistici superiori rispetto alla stessa carne di cui, come vedremo meglio più avanti in più occasioni, comunque fisiologicamente ne subisce sempre e continuamente tutte le conseguenze negative (inoltre, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla gerontologia moderna, i carnivori costituiscono la categoria animale a vita media più bassa in assoluto)],

e, analogamente, un granivoro o un erbivoro, in natura, attuano l'assunzione di strutture materiali vegetali rispetto a loro più vicine al ciclo H [cioè, il granivoro, in natura, consuma anche verdura e frutta e l'erbivoro, in natura, consuma anche frutta, sempre addirittura con effetti salutistici superiori rispetto agli stessi ripettivamente semi ed erba di cui, sempre come vedremo meglio più avanti in più occasioni, comunque fisiologicamente ne subiscono sempre e continuamente tutte le conseguenze negative (inoltre, come vedremo meglio sempre nel capitolo relativo alla gerontologia moderna, granivori ed erbivori costituiscono categorie animali a vita media più lunga dei carnivori ma sempre estremamente più bassa dei fruttivori)],

del tutto al contrario, in direzione biofisica energetica strutturale opposta, un fruttivoro, un erbivoro e un granivoro, in natura (sempre nel loro ecosistema specie specifico in equilibrio) mai attuano l'assunzione di, e nemmeno possono assolutamente assumere, strutture materiali rispetto a loro più lontane dal ciclo H [cioè, con ecosistema in equilibrio, il

fruttivoro mai consuma verdura, semi, carne e analoghi, l'erbivoro mai consuma semi, carne ed analoghi, e il granivoro mai consuma carne ed analoghi], e, nel caso vengono forzati a farlo, fisiologicamente ne subiscono immediatamente tutte le conseguenze salutisticamente estremamente negative (come, ad esempio, il fenomeno della "mucca pazza" dovuta a farine animali date ad erbivori).

Come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza ecosistemica, la predetta continua fortissima tendenza della biostruttura di carnivori, granivori, erbivori ed analoghi al ripristino del ciclo H di base della vita, è il fenomeno biofisico detto appunto riassetto H, che, come pure predetto, per il semplice principio della minima energia [comportante anche selezione naturale negativa proprio sulle biostrutture a più alto spreco di energia (come già è successo per innumerevoli specie in devianza H nel corso dei milioni di anni)], li porterà in maniera relativamente velocissima all'estinzione (o, al limite, alla riconversione H) naturale.

Dal "fruttarismo" batterico al fruttarismo dei primati (compreso la specie umana)

Ora, passando da 4 miliardi di anni fa a 70 milioni di anni fa, epoca in cui si diffusero in maniera maggiore finalmente i mammiferi (a cui appartiene anche l'uomo), (eravamo simili a dei grossi topi), gradualmente in pochi milioni di anni, avvenne la più grande "invenzione" in tutta la storia evolutiva biologica, e a cui dobbiamo anche la nostra stessa esistenza come specie umana:

60 milioni di anni fa, infatti, le piante (sia arbustive che arboree) ebbero la "geniale idea" (per evitare di farsi danneggiare spesso parti medesime della loro struttura vitale per fornire anche i carboidrati agli animali, subendo l'azione di essere mangiate da questi ultimi, e quindi principalmente proprio per autodifesa) di appendere letteralmente il cibo destinato agli animali, finalmente fuori della loro struttura vitale, e cioè appendendo un semplice "sacchetto di carboidrati (e, in quantità minore, di tutti gli altri principi nutritivi)", sporgente dai suoi stessi rami, che oggi chiamiamo "frutto".

Nacquero cioè, come insegna la paleobotanica, 60 milioni di anni fa, le spermatofite angiosperme dicotiledoni a frutto polposo [in passato, detto anche "carnoso", ma erroneamente (visto anche che è completamente diverso dalla struttura stessa dei tessuti della carne)]: ma la cosa più importante per noi, è che nacquero del tutto contemporaneamente, in strettissima coevoluzione, finalmente i primati, che se ne cibavano.

Cioè, i primati (come la loro ultima versione moderna, l'uomo), nacquero di base sempre più fruttivori, assolutamente grazie alla frutta.

Infatti, per arrampicarsi meglio per raggiungere il frutto sull'albero, la loro struttura corporea divenne sempre più specialisticamente arboricola e sempre più semi-eretta, e, al medesimo tempo, le terminazioni dei loro stessi arti acquisirono sempre più specialisticamente la forma del frutto stesso da raccogliere (ogni animale a seconda del suo frutto specie-specifico, cioè adatto ad essa): nacquero cioè, per la prima volta in tutta la preistoria, dai precedenti appoggi brachiomorfi [come anfibi, rettili, uccelli, o a zoccolo, come i mammiferi erbivori, o a zampa senza dita evidenti e dotata di artigli, come i mammiferi carnivori, capaci, al limite, di piccola arrampicata parziale (per l'eventuale parziale inseguimento della preda, e mai di raccolta di frutto)] le terminazioni di arto più evolute mai esistite: le mani (anche il pollice opponibile fu la rivoluzione più specialisticamente prensile, esistente tutt'ora nella specie umana).

Il principio della minima energia (e quindi la tendenza estrema al ciclo H) diventa coevoluzione tra albero fruttifero e primate fruttivoro I primati (come l'uomo) e la frutta, quindi, hanno effettuato una formidabile coevoluzione, sia strutturale che biochimica, sempre più profonda e perfezionata, per ben 60 milioni di anni.

La natura, dunque, mai fa le cose a caso, segue come abbiamo detto semplicemente il principio fisico della minima energia, che vale per tutte le strutture materiali dell'universo, compreso piante e animali; ad esempio, piuttosto che la fatica enorme individuare una preda adatta, rincorrerla affannosamente (la stragrande maggioranza delle volte, statisticamente più del 90%, senza riuscire ad afferrarla), e una volta artigliata, combattere furiosamente contro il suo divincolarsi, per tutti i suoi disperatissimi e coraggiosissimi ultimi tentativi di salvarsi, e poi sbranarla, fino addirittura compreso le durissime ossa (per i carnivori indispensabili per i minerali), come fanno appunto i carnivori (a spese di animali che sprecano, a loro volta enorme energia per difendersi),

oppure, ad esempio, di dotarsi di una complessa e massiccia struttura dentale selenodonte, con estremo movimento basculante laterale mascellare, con complessa struttura digestiva (gli erbivori più numerosi hanno addirittura 4 stomaci, ed essendo insufficenti, una doppia masticazione col fenomeno della ruminazione) che faticosissimamente è costretta ad estrarre gli zuccheri dalla cellulosa, e poi dotarsi di un intestino lunghissimo per il faticoso assorbimento delle masse vegetali, come fanno gli erbivori (a spese di piante che, anch'esse sprecano enormi energie per difendersi tramite la produzione continua di sostanze altamente tossiche, dette sostanze secondarie, come vedremo meglio nei capitoli dedicati alla fisiologia comparata ed ecosistemica), finalmente la natura aveva trovato un sistema trofico che, anche a livello pluricellulare, fosse ad assolutamente minimo consumo di energia:

piante fruttifere e animali fruttivori, visto che le piante (o altri animali) invece di difendersi per salvare se stesse, o loro parti,

e per gli animali era talmente un sistema trofico a basso consumo (e spreco di energia nullo) che bastava alzare un braccio per mangiare [e visto anche che il frutto contiene già, contrariamente ai tessuti vitali per la pianta e alla carne, oltre a tutti gli altri principi nutritivi, gli unici carboidrati perfetti e già immediatamente pronti (glucosio e fruttosio, in forma libera) per i mitocondri delle cellule degli animali (che infatti sono "progettati" dalla natura per "bruciare" |senza danni| solo ed esclusivamente glucosio e fruttosio |come vedremo meglio, a rigore, solo fruttosio|)].

Evoluzione, in biofisica, infatti, come dicevamo, significa esattamente "tendenza degli organismi viventi verso una situazione di minima energia": il fruttarismo, quindi, e' l'esempio più perfetto in assoluto, in tutta la preistoria filogenetica, da 4 miliardi di anni fa in cui nacque la vita stessa, di formidabile evoluzione, e finalmente riassestamento, dunque, del ciclo H (essenziale per qualsiasi forma materiale) in forma organica anche pluricellulare.

Perfezionamento dei primati fino alla specie umana: processi di ominazione.

Vediamo, ora, come dai primati frugivori, e sempre più fruttivori, prese origine la forma vivente ancora più strutturalmente e fisiologicamente avanzata (sempre in termini biofisici di minima energia) e specializzata, giunta poi ad una situazione finale della più profonda e addirittura sofisticatissima evoluzione (strutturale e biochimica): la specie umana.

Dobbiamo, a questo punto, capire molto bene il nostro esatto ruolo naturale sul pianeta, in scienza ecosistemica, la nostra esatta nicchia ecologica, perchè contro le forze intrinseche della natura (come ormai la scienza sa benissimo) e' impossibile fare qualcosa; e nemmeno possiamo erigerci a "correttori della natura", in quanto essa, seguendo il principio fisico semplicissimo ma assolutamente essenziale per lei, della minima energia, da almeno ben 14 miliardi di anni, tempi per noi addirittura mentalmente inconcepibili, è strutturata in modo tale che chiunque osa andargli contro, viene velocemente "spazzato via" dalla natura stessa, proprio come fosse la peggiore spazzatura o rifiuto tossico, sia come individuo singolo (facendolo ammalare o morire velocemente) che come specie (facendola estinguere), come innumerevoli volte è successo, ad individui singoli e ad intere specie, nell'intero corso evolutivo della vita medesima.

Di conseguenza, proprio per la nostra letterale salvezza (sia come individuo singolo che come specie), nemmeno possiamo sbagliare il più piccolo dettaglio (nel dettame della natura), specialmente come individuo singolo (perchè la specie ha tempi molto più lunghi per essere "spazzata via").

I progenitori della specie umana sono un gruppo di ominidi risalenti a circa 15 milioni di anni fa che vivevano nelle foreste ad alto fusto nell'Africa equatoriale orientale (l'attuale Kenya), nutrizionalmente frugivori (da "fruges"= frutta e parti tenere di vegetali; il frugivorismo altro è che una fase di completamento di riassetto H per alcuni primati, specialmente preistorici).

Dall'esame al microscopio elettronico dei denti fossili risulta chiaramente che essi divennero da frugivori a fruttivori circa 12 milioni di anni fa. (Ogni alimentazione lascia sui denti una struttura in striature microscopiche completamente diversa; un esempio di analisi sono gli studi dello scienziato Alan Walker, che dopo anni di studi conluse testualmente: "ogni dente esaminato, a partire dai fossili di ominidi di 12 milioni di anni fa, presenta le striature tipiche dei mangiatori di frutta, senza eccezione alcuna").

La differenziazione definitiva della specie umana dagli altri primati antropomorfi, cioè la nascita della specie umana, è avvenuta, poi, circa 7 milioni di anni fa, in conclusione e per effetto del sollevamento orogenetico della (Great) Rift Valley (iniziato prima di 9 milioni di anni fa), che coinvolse anche la sua area equatoriale (Kenya), fino a oltre 800 mt di altitudine (all'interno delle due catene montuose parallele periferiche), e che provocò di conseguenza (incrociando anche con i dati di paleobotanica moderna, che vedremo meglio più avanti), proprio nella stessa zona, allo stesso tempo (in perfetta co-evoluzione con la nostra specie), la differenziazione graduale all'interno del genere vegetale delle Rosacee della specie arborea Malus Communis (ovviamente suoi progenitori vegetali), cioè la nascita della specie vegetale del melo.

Alcune precisazioni scientifiche di biologia vegetale e paleobotanica relative al MELO

Il melo è proprio una specie esattamente equatoriale di circa 800 metri di altitudine; alle nostre latitudini extratropicali, infatti, soffre il freddo invernale a tal punto che avviene per la sua struttura la cosa peggiore che possa succedere ad un essere vivente: la perdita totale dei suoi "polmoni", cioè di tutto il suo apparato foliare (foglie). (La botanica moderna sa ormai che i cosiddetti "caducifogli" sono, in realtà, solo specie vegetali fuori dal loro ambiente specie-specifico).

Invece all'equatore e a quella quota altimetrica è (ancora oggi) una specie perfettamente sempreverde, non perde assolutamente mai le foglie, confermando la sua perfetta compatibilità con quell'ecosistema.

In quel clima, essendo eterna primavera (ancora oggi e' inesistente sia l'inverno che le altre stagioni) e facendo i fiori in più periodi dell'anno, il melo fruttifica, ben due volte all'anno ed in maniera addirittura scalare, assicurando una alimentazione persino continua. Ovviamente, l'essente fortissimo stress climatico extratropicale (cioè fuori della fascia intertropicale) che lo porta, come predetto, a perdere completamente i suoi polmoni, compreso l'enorme sforzo disperato di produzione di acido abscissico in ambiente extratropicale, consente al melo, proprio nel suo perfetto clima specie-specifico equatoriale

finalmente di aver una longevità assoluta, enormemente superiore a quella che questa specie vegetale ottiene fuori della fascia intertropicale.

Come vedremo meglio più avanti, la paleobotanica MODERNA ha ormai appurato chiaramente l'origine AFRICANA del Malus (melo), anche tramite suoi REPERTI ARCHEOLOGICI sempre più antichi fino proprio in AFRICA (anche attuale Egitto), esattamente nella stessa area di passaggio che la specie umana utilizzò per uscire dalla Rift Valley a causa della glaciazione postdetta (fu precisamente questa graduale successiva fuoriuscita della specie umana dalla Rift Valley che ha consentito al melo di propagarsi poi fino anche in Asia ed in tutto il resto del pianeta; infatti sono assenti reperti archeologici del melo da asiatico-centrali verso oriente); per maggiore chiarezza,

I REPERTI ARCHEOLOGICI del MELO PIU' ANTICHI IN ASSOLUTO AL MONDO

sono stati rinvenuti esattamente

NELL'AREA GEOGRAFICA AFRICANA (e nei pressi del confine AFRICANO) relativa proprio all'uscita successiva della specie umana dalla RIFT VALLEY (rispettivamente in EGITTO, risalenti ad oltre 5000 anni fa, ed a Jericho, intorno alla stessa epoca); (va precisato che le tracce presenti in Europa centrale sono relative ad un periodo successivo e nemmeno erano di meli ma di mele, cosa che lascia la possibilità di un semplice trasporto in quei luoghi; più avanti vedremo come i reperti egiziani presentano evidenze fino ad almeno 1,7 milioni di anni fa, e quelli europei fino a 1,6 milioni di anni fa).

Inoltre, le prove dell'origine AFRICANA del melo sono sia archeologiche che storiografiche:

La FONTE DOCUMENTALE STORICA del MELO PIU' ANTICA IN ASSOLUTO AL MONDO RISALE SEMPRE all'AFRICA (uscita dalla Rift Valley), ancora in EGITTO, la quale comprova esattamente che

IL MELO ERA GIA' PRESENTE IN QUELL'AREA AFRICANA OLTRE BEN 3300 ANNI FA, anche sotto il regno del faraone Ramsete II, e le mele erano talmente squisite che erano proprio uno dei massimi regali ufficiali che i faraoni facevano ai sacerdoti di Tebe.

E' doveroso ribadire che SONO INESISTENTI REPERTI ARCHEOLOGICI DEL MELO DI ASIA-CENTRALE e ulteriormente verso oriente (compreso Caucaso, Kazakistan e limitrofi; inoltre, una delle innumerevoli ulteriori conferme che anche queste ultime due aree geografiche sono TOTALMENTE ESTRANEE al melo è che sono latitudini in cui esso perde completamente i suoi polmoni per molti mesi all'anno DIMOSTRANDO SCIENTIFICAMENTE che e' impossibile che sia il suo ecosistema specie-specifico).

Una volta che la paleobotanica MODERNA ha stabilito l'origine geografica AFRICANA del melo, negli ultimi anni ha anche DIMOSTRATO SCIENTIFICAMENTE l'origine temporale del melo, che, come comprovano tutti gli studi di genetica molecolare effettuati sul DNA di mela proveniente da qualsiasi parte del pianeta, risale a MOLTI MILIONI DI ANNI FA (incrociando poi i dati scientifici con la paleoantropologia moderna, botanica moderna fino alla biochimica molecolare comparata, descritte parzialmente anche in questo testo, risultano circa 7 MILIONI DI ANNI FA; gli studi di genetica indicano anche che gli antenati del melo risalgono ad oltre 60 milioni di anni fa, sempre così come gli antenati della specie umana);

(a questo proposito si ricorda che la genetica, o analoghi, possono stabilire l'EPOCA di origine di una specie, anche vegetale, ma Mai possono stabilire il luogo di origine, cosa che può DIMOSTRARE ESCLUSIVAMENTE il ritrovamento di reperti almeno archeologici, o di fonti almeno storiografiche, come sopra esposto).

Tutte le ulteriori conferme scientifiche dell'ORIGINE AFRICANA-CENTRALE del MELO sono giunte anche negli ultimi decenni, compreso quelle fisiologiche, come pure l'enorme grado di salute, produttività e longevità del melo soprattutto proprio esattamente nella stessa area (Rift Valley equatoriale in kenya, a circa 800 metri di altitudine), e sono inoltre relative al rinvenimento esattamente dei primi resti fossili eretti della specie umana, con la quale si è verificata una potentissima CO-EVOLUZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA, come approfondiremo più avanti;

ancora ulteriori ennesime conferme scientifiche dell'ORIGINE AFRICANA (RIFT VALLEY) del MELO sono provenute e provengono tuttora continuamente dall'analisi BIOCHIMICO-FISIOLOGICA comparativa tra specie umana e melo, che presentano anche una complementarizzazione FISIOLOGICA reciproca PERFETTA, raggiungibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE monotrofica proprio nello STESSO ecosistema (approfondimento nel capitolo di fisiologia comparata e quello di scienza dell'alimentazione moderna);

ancora ulteriori ennesime conferme scientifiche dell'ORIGINE AFRICANA (RIFT VALLEY) del MELO sono provenute e provengono tuttora continuamente dall'analisi ANATOMICA e MORFOLOGICA FUNZIONALE comparativa tra specie umana e melo, che presentano anche una complementarizzazione ANATOMICO-FUNZIONALE reciproca PERFETTA, anch'essa raggiungibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE monotrofica proprio nello STESSO ecosistema (approfondimento nel capitolo di anatomia comparata e morfologia funzionale comparata fitozoologica); ancora ulteriori ennesime conferme scientifiche dell'ORIGINE AFRICANA (RIFT VALLEY) del MELO sono

provenute e provengono tuttora continuamente dall'analisi della MASSIMA POTENZA SALUTISTICA e TERAPEUTICA di conferimento reciproco tra specie umana e melo, che presentano anche una complementarizzazione SALUTISTICA e TERAPEUTICA reciproca PERFETTA, pure essa raggiungibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE monotrofica proprio nello STESSO ecosistema (approfondimento nel capitolo di scienza dell'alimentazione moderna e quello di patologia e terapeutica moderne); ancora ulteriori ennesime conferme scientifiche di TUTTO ciò sono presenti pure nei capitoli di gerontologia moderna, ecosistemica moderna, ecc.; ulteriori conferme specifiche di paleobotanica legate anche al Junk-DNA sono esposte nei paragrafi relativi al monotrofismo malivoro della specie umana.

Acquisizione della postura eretta nella specie umana Quindi gli ominidi (molto simili agli attuali bonobo) presenti sull'attuale Kenya centrale equatoriale, che si trovavano fino a 9 milioni di anni fa circa a livello del mare, su alberi di foreste ad alto fusto, furono letteralmente gradualmente sollevati di circa ben 800 metri (dal suddetto movimento orogenetico) fino a trovarsi, dopo centinaia di migliaia di anni, in una grande vallata verde detta appunto Rift Valley, dove però gli alberi ad alto fusto su cui vivevano, essendo stati sollevati, ovviamente, anche loro di circa 800 metri, ed essendo la temperatura di quella quota decisamente meno afosa pur rimanendo tiepida e piacevole per l'uomo tutto l'anno (simile ad una primavera inoltrata), si trasformarono (e con essi l'ecosistema da foresta a radura) gradualmente in alberi prima a medio fusto (le rosacee antenate del melo, e simili) e poi a basso fusto (a 800 metri sopravvisse, per la temperatura più fresca, come spermatofita angiosperma dicotiledone a frutto polposo, solo il melo).

Proprio anche questo fatto, a mano a mano che le strutture arboree letteralmente si abbassavano (ovviamente nelle centinaia di migliaia di anni), stimolò gli ominidi, presenti in quella zona, a scendere gradualmente dagli alberi (passando cioè, gradualmente, da primati a locomozione sospensoria sugli alberi ad alto e medio fusto, a primati a locomozione terrestre indotta proprio dagli stessi alberi trasformatisi progressivamente a basso fusto), a tal punto che i piedi, prima prensili [a forma quasi di stesse mani come gli altri primati (cioè con pollice opponibile, che hanno ancora oggi) rimasti ad altitudine di circa il livello del mare sulle foreste ad alto fusto, e che servivano anch'essi per arrampicarsi sui rami fino anche a grandi altezze, e tipici proprio della locomozione sospensoria], divennero gradualmente piedi da locomozione terrestre, proprio come i nostri di oggi.

Una volta sceso a terra l'ominide fu stimolato, ancora gradualmente, sempre più alla postura eretta, proprio perchè era costretto ad erigersi per nutrirsi di frutti che si trovavano sopra di lui, in strutture arboree (disposte ad ecosistema radura, cioè con alberi senza più contatto reciproco ma con chiome aeree leggermente separate) a basso fusto, sempre più simili ad un melo di oggi, fino alla acquisizione definitiva della POSTURA ERETTA, trasformandosi così, intorno ai 7 milioni di anni fa, definitivamente nella SPECIE UMANA, i primi uomini.

L'acquisizione della postura completamente ERETTA è il parametro fondamentale che segnala esattamentela NASCITA della SPECIE UMANA;

infatti, anche il termine stesso "anthropos" che significa "uomo" deriva dal greco "àno"(=su) e "anthrèo" (=guardo), cioè il termine "UOMO" significa esattamente "GUARDANTE SU" che è esattamente quello che succede ad un primate quando da quadrupede diventa BIPEDE: il suo sguardo non è più naturalmente rivolto verso il basso (avendo le braccia poggiate a terra), ma sollevando definitivamente le braccia e camminando eretto la direzione del suo sguardo è naturalmente proprio PIU' ALTA (non più naturalmente inclinata verso terra ma in avanti).

[In precedenza si pensava che l'uomo avesse acquisito la postura eretta solo 1,8 milioni di anni fa, quando, per effetto delle glaciazioni, trovandosi in savana e rifugiatosi in caverne, si presumeva erigersi, ogni tanto, per guardare da lontano nella savana, per controllare, solo quando però si trovava in piccole zone con l'erba alta (molto rare in savana, che è diversa dalla prateria), l'eventuale avvicinamento di animali carnivori, ma questa era rimasta solo una vecchia teoria (addirittura ottocentesca) e crollata del tutto quando si acquisirono finalmente le PROVE SCIENTIFICHE certe, grazie anche alle conferme assolutamente inequivocabili della paleoantropometria (che analizza i sistemi ossei dei resti fossili umani fino anche alla precisione goniometrica degli angoli di inserimento di tutte le articolazioni ossee), che la SPECIE UMANA ERA GIA' COMPLETAMENTE ERETTA BEN 7 MILIONI DI ANNI FA; la cosa fu poi ulteriolmente confermata completamente quando poi si trovarono altri resti fossili umani già DEL TUTTO ERETTI risalenti alcuni a 3,5 milioni di anni fa, e gli ultimi risalenti proprio addirittura a 7 MILIONI di ANNI FA].

In altri termini, come vedremo meglio,

IL VERO UOMO PRIMITIVO E' QUELLO DI 7 MILIONI ANNI FA CHE VIVEVA IN RADURE ARBOREE FRUTTIFERE FELICE ed IN PERFETTA SALUTE (e mai quello DISPERATO e MALATO di 1,8 milioni di anni fa, che, per effetto della prima GLACIAZIONE, fu costretto a rifugiarsi nelle CAVERNE, da cui il termine "cavernicolo", iniziando, come stiamo per analizzare, la fase PIU' DISASTROSA della sua preistoria e storia).

La sofisticatissima scienza moderna multidisciplinare mostra chiarissimamente la coevoluzione trofica della specie umana del tutto esclusiva con la specie Malus: INNESCO FILOGENETICO DEL MALIVORISMO nella specie umana

Quindi, la scienza moderna, incrociando finalmente i dati tra la sofisticata scienza paleogeologica, la precisa scienza paleobotanica attuale e la paleoantropologia moderna, giunge alla chiarissima conclusione che la specie umana ha

sviluppato un processo di coevoluzione trofica (alimentare) e filogenetica (strutturale) solo ed esclusivamente con la specie vegetale arborea Malus Communis (il melo), anche per il semplicissimo motivo che era l'unica spermatofita angiosperma dicotiledone a struttura arborea fruttifera a frutto polposo (in quel lungo periodo preistorico) capace di resistere alla temperatura inferiore post- orogenetica dell'area predetta, dovuta a quell'altitudine.

(Come vedremo meglio più avanti, la coevoluzione è una evoluzione parallela, la quale determina necessariamente, sempre anche per il principio della minima energia, una perfetta complementarizzazione anatomo- fisiologica fito-zoologica).

La specie umana, cioè, nacque perfettamente MALIVORA [da "malum"= mela ("malum", a sua volta, deriva da "malon"= "il frutto")], si nutriva, quindi, solo ed esclusivamente di mele (per l'esattezza di variazione cromatica rossa), e addirittura nacque solo ed escusivamente grazie alla struttura anatomica stessa del melo, che da struttura arborea a basso fusto ha costretto la nostra struttura primatica arboricola a locomozione sospensoria ad adattarsi gradualmente alla locomozione bipede terrestre e contemporaneamente, circostanza biomeccanica decisiva per l'acquisizione definitiva della postura eretta, ad erigersi ogni qualvolta, ogni giorno addirittura per centinaia di migliaia di anni, necessitasse di nutrirsi di uno de isuoi frutti, in quel clima presenti assolutamente tutto l'anno (ancora oggi).

Il dato scientifico più rilevante è, però, che la struttura totale, SIA ANATOMICA CHE FISIOLOGICA, della specie umana, ANCORA OGGI, è rimasta perfettamente e specialisticamente del tutto MALIVORA (come vedremo meglio nei capitoli dedicati all'anatomia comparata e morfologia funzionale comparata fitozoologica, alla fisiologia comparata, alla scienza dell'alimentazione moderna, ma anche in tutte le altre scienze dei capitoli seguenti, oltre che la presenza, sempre più cospicua, persino in tutte le altre scienze ancora da citate).

Specie umana: 5,2 milioni di anni felici

A quel punto, è ormai scientificamente chiarissimo che l'uomo continuò a vivere in quella sorta di paradiso terrestre per ben 5,2 milioni di anni, in cui i pochi reperti fossili indicano anche una assenza totale di malattie e una vita media come minimo molto superiore ai massimi standard attuali, addirittura sembra con limite vitale indefinito, cosa che è confermata anche dal famoso fenomeno del "buco fossile" (estrema carenza, in misura crescente, di resti fossili umani proprio ed esclusivamente in quel periodo).

Tutti i parametri di paleoantropologia, paleobotanica, paleogeologia, paleoecosistemica, ecc., anche con uno studio comparativo ottenuto incrociando tutti i rispettivi dati scientifici relativi ad ogni aspetto, indicano, per la specie umana di quel lunghissimo periodo, chiaramente una età felice, in cui l'uomo viveva in perfetta salute (chiarissimo dai pochi reperti fossili di quel periodo), in armonia con tutti gli altri uomini e tutte le altre specie, sia animali che vegetali.

Totalmente assenti resti fossili di quel periodo, di armi o qualsiasi oggetto atto ad offendere o analoghi, nè direttamente nè indirettamente, di assolutamente nessun tipo, nè per l'azione contro altri uomini, nè tanto meno da caccia o per la semplice cattura di altri animali, nè ancora meno di resti di prede uccise o divorate, come invece si trovano solo ed esclusivamente dopo 1,8 milioni di anni fa.

Sempre incrociando i dati multidisciplinari relativi a tutte le suddette scienze, l'ecosistema in cui era inserita la specie umana era costituito da un vero e proprio grande e rigoglioso giardino di meli sulla Rift Valley (ormai confermato anche dalla paleobotanica moderna), in cui ogni persona era libera dal lavorare per vivere, e mangiare, visto che per il cibo era completamente sufficiente alzare un braccio ed afferrare un frutto.

Tra l'altro, sono totalmente assenti resti fossili di qualsiasi tipo di strumento artificiale di quel lunghissimo periodo, e lo stesso fuoco, per l'eventuale cottura di cibi, fu scoperto solo ben 6 milioni di anni dopo, intorno ad un milione di anni fa; quindi l'uomo per almeno ben 5,2 miloni di anni mai ha minimamente ingerito un solo grammo di cibo cotto, come del resto nessuna specie animale ha mai fatto addirittura da quando è nata la vita stessa 4 miliardi di anni fa.

1,8 milioni di anni fa, la prima glaciazione ci costringe ad una DEVASTANTE variazione ALIMENTARE (provvisoria) che ci ha distrutto la salute e la felicità fino ad oggi: dall'UOMO felice ed in perfetta salute nell'ECOSISTEMA ANTROPICO (radure arboree fruttifere) da 7 milioni di anni fa, all'uomo disperato e malato nelle CAVERNE postglaciali da 1,8 milioni di anni fa

Tutto ciò (salute, longevità, assenza di lavoro, ecc.), quindi, addirittura per ben 5,2 milioni di anni, da 7 milioni di anni fa fino persino a 1,8 milioni di anni fa, epoca in cui avvenne un evento disastroso per noi, la prima glaciazione planetaria ("moderna"), che cambiò catastroficamente e provvisoriamente (in maniera costretta) di base, a rigore, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la nostra ALIMENTAZIONE (per i motivi che vedremo più avanti) ma assolutamente solo ed esclusivamente questo bastò per cambiare la nostra ultima preistoria e addirittura la storia fino ad oggi (cioè praticamente tutti gli ultimi 1,8 milioni di anni) proprio da quella specie di stupendo paradiso terrestre ad una situazione prima disastrosa (1,8 milioni di anni fa) e poi sempre ancora del tutto problematica, che, anche se in forme diverse, è stato proprio continuamente come ancora è oggi TUTTA la problematica mondiale di base:

- migliaia di malattie esistenti;
- crollo della durata della vita,

che si è poi via via ripresa, ma che ancora oggi è estremamente bassa rispetto alla nostra potenzialità indefinita (che vedremo meglio nel capitolo dedicato alla gerontologia);

- tensioni frequenti tra uomini o interi popoli, come guerre o analoghi;
- costrizione dell'uomo al lavoro

(siamo ancora oggi l'unico primate, costretto al lavoro anche solo per mangiare);

- aumento continuo della popolazione fino alla totale crisi demografica mondiale di oggi;
- aumento continuo della distruzione dell'ecosistema planetario fino alla completa emergenza di oggi;

DEVASTANTE variazione alimentare (provvisoria): UNICA causa micidiale di assolutamente tutti (nessuno escluso) i problemi di oggi (da quelli quotidiani della singola persona a quelli dell'intera società mondiale)

Ora, cerchiamo di capire come, solo ed esclusivamente una semplicissima variazione alimentare (anche se solo provvisoriamente) avvenuta 1,8 milioni di anni fa, nella specie umana, può modificare in maniera assolutamente totale l'intero corso del resto [relativamente brevissimo, cioè solo meno di 1,8 (ed assolutamente non continuativi, per i lunghissimi periodi interglaciali, ad alta temperatura) su ben oltre 7 milioni di anni, di cui persino 5,2 del tutto continuativi] della preistoria e della storia dell'uomo, dall'innesco organico di, ancora in maniera assoluta, tutte le malattie (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna e terapeutica moderna, la cosiddetta "malattia" è una semplicissima intossicazione aspecifica), alla costrizione al lavoro (il cui innesco, individuale e sociale, vedremo meglio più avanti), fino addirittura a letteralmente costringerci, ad esempio, a costruire le città invivibili di oggi (con tutto l'impatto ambientale completamente disastroso persino ormai a livello mondiale e climatico), nate anche per la vera e propria mancanza di spazio fisico conseguente sempre proprio del tutto esclusivamente a questa tremenda variazione unicamente alimentare

[da una parte, sotto forma di effetto diretto del sistema di produzione alimentare modificato, che, come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, occupa oltre il 90% dell'intero territorio antropizzabile dell'intero pianeta, e dall'altra per effetto diretto proprio della alimentazione modificata, cioè della sovrappolazione umana che, come vedremo sempre in quel capitolo, è un fenomeno tipico (dalla zoologia alla biologia molecolare), esattamente dell'aumento di percentuale nutrizionale di principio nutritivo organico (soprattutto proteico) nel singolo "alimento" rispetto all'alimentazione adatta alla specie umana, valido per tutte le specie animali, ma principalmente in quella umana, progettata dalla natura, come vedremo, esclusivamente per una percentuale, specialmente proteica ma anche quantitiva generale dei singoli principi nutritivi organici, del tutto minima, come del resto tutti i primati fruttivori].

DEVASTANTE variazione alimentare (provvisoria): conseguenza diretta della prima glaciazione di 1,8 milioni di anni fa La prima glaciazione planetaria, che, come confermano perfettamente la paleogeologia, la paleoclimatologia, ecc. avvenne esattamente 1,8 milioni di anni fa, distrusse (per l'allargamento dei ghiacciai o il semplice abbassamento di temperatura) anche la maggior parte delle foreste mondiali, iniziando dai poli si avvicinò a doppia morsa (dal polo nord e dal polo sud) addirittura fino anche in nord Africa e sud Africa, mentre gli fu impossibile distruggere le afosissime foreste ad alto fusto del centro Africa, proprio perchè, quasi tutte, situate altimetricamente a circa il livello del mare (protette proprio dalla loro altissima temperatura di base, che cambiò di poco, proteggendo così sia lo stile di vita fruttivoro sia l'intero ecosistema di tutti gli altri primati antropomorfi, a cui quindi rimase la frutta, così come c'è ancora oggi, nelle stesse foreste, e dunque, proprio esclusivamente per questo motivo, senza nessuna conseguenza negativa anche su tutti gli altri aspetti della loro vita), ce la fece benissimo, invece, a distruggere quasi completamente le radure arboree a 800 metri di altitudine della Rift Valley (separate ulteriolmente da 2 catene montuose parallele, alte, in quell'area, mediamente circa 2000 metri, da tutti i restanti primati), proprio dove si trovava l'uomo, appunto in quanto partivano già da una temperatura di base molto più (ma sempre piacevolmente per l'uomo) "fresca", e quindi più bassa.

L'uomo si trovò, dunque, quasi improvvisamente, senza praticamente più l'alimento naturale adatto alla sua specie, il frutto speciale di quella vallata, e quell'ambiente si trasformò disastrosamente in savana (assente anche di qualsiasi altro frutto polposo), ecosistema assolutamente inadatto ad un primate fruttivoro (in particolare addirittura malivoro) come lui, bensì ecosistema adatto ad animali esclusivamente erbivori, granivori o carnivori.

DEVASTANTE variazione alimentare (provvisoria); inserimento forzato dei 3 "cibi" del tutto non adatti alla nostra specie e dell'assoluta DISPERAZIONE: nascita di TUTTE le malattie nella specie umana.

Queste ultime sono, infatti, proprio le 3 categorie animali dei corrispondenti "cibi" provvisori (verdure, semi, carne) che, quindi, l'uomo tentò, per assoluta costrizione, proprio per evitare di morire di fame, a mettere in bocca.

Ovviamente, però, quasi tutti i primi tentativi fallirono miseramente in quanto la nostra bocca ha una struttura tipica specialisticamente degli animali fruttivori (come vedremo meglio nei capitoli relativi all'anatomia comparata e fisiologia comparata), ad esempio con una dentatura bunodonte, adatta appunto unicamente alla masticazione, per la succesiva dinamica deglutizionale, della frutta (con enzimi digestivi generali adatti solo ed esclusivamente ad essa), completamente diversa dalla struttura della bocca di animali erbivori, ad esempio con una dentatura selenodonte, capace di macerare le potenti fibre delle piante erbacee (in natura sono tutte coriacee), ed un sistema digerente capace di digerire la loro cellulosa con l'enzima digestivo detto appunto cellulasi (assolutamente assente in noi) estraendone quindi i carboidrati indispensabili alle cellule di qualsiasi animale, completamente diversa anche da quella di animali granivori come uccelli, dotati di bocca con becco senza denti e con stomaco dotato di struttura anatomica ed enzimatica potentissima tale da digerire un seme crudo (tipo un chicco di grano), e completamente diversa anche da quella di animali carnivori, ad esempio con una dentatura secodonte, l'unica capace di masticare la carne cruda, e con un sistema digerente capace di digerirla con poca putrefazione intestinale.

Esattamente per questo motivo, per cosentirne addirittura la semplice masticazione, dopo qualche tempo siamo stati assolutamente costretti ad ammorbidire questi falsi "cibi" con la cottura, proprio perchè assolutamente inadatti alla nostra specie.

Ma, precisamente per quest'ultimo motivo, anche quando deglutiamo quelle strutture molecolari, per noi assolutamente tossiche perchè adatte ad altre specie animali (biochimicamente meno evolute, e, come abbiamo visto prima, addirittura in devianza H acquisita persino da milioni di anni) mentre esse arrivano alle nostre singole cellule creano prima tossiemia (intossicazione aspecifica del sangue) e poi, una volte giunte alle singole cellule, creano tossicosi (intossicazione aspecifica totale dell'organismo), determinando (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna) la nascita graduale, nella nostra specie, di assolutamente tutti i tipi di stati patologici oggi conosciuti.

Ma la cosa totalmente fondamentale per la scienza è proprio che tutto questo avviene nell'uomo completamente ancora oggi, in quanto, è assente devianza H (cioè senza il minimo cosiddetto "adattamento" alimentare negativo, cioè verso "cibi" diversi da frutta), e, come vedremo più avanti, per il semplice principio della minima energia, si è determinato, del tutto all'opposto, perfezionamento H (cioè del ciclo H fruttivoro, ed in particolare malivoro).

Anche per questo motivo, apriamo, ora, una parentesi importante, per poi continuare l'analisi delle totali conseguenze distruttive nella nostra società dovute unicamente a questa MASSACRANTE variazione alimentare provvisoria nella nostra specie.

I 6 PARAMETRI TOTALMENTE ESSENZIALI DELLA DEVIANZA H

[cioè, del cosiddetto "adattamento" trofico (alimentare) negativo]:

Nella SPECIE UMANA (attuale) nessuna devianza H e' presente [cioè, deviazione dal ciclo H (verso "cibi" diversi da frutta), quindi, non presenta"adattamento" trofico negativo], ma addirittura PRESENTA PERFEZIONAMENTO H [cioè, perfezionamento del ciclo H (fruttivoro), quindi, presenta "adattamento" trofico positivo] massimale e costantemente proprio negli ultimi 1,8 milioni di anni (specialmente grazie alla non omogeneità paleoecosistemica)

La devianza H, cioè la deviazione dal ciclo H (struttura dinamica fitozoologica fruttivora), è il fenomeno cosiddetto dell' "adattamento" alimentare negativo (rispetto al ciclo H, e quindi rispetto al principio della minima energia).

La parola "adattamento" deriva da "ad" = a, e "aptus"= atto, cioè esattamente "strutturato per quell'atto". Ovviamente, sia la scienza biofisica che la scienza biologica hanno approfondito al massimo livello il concetto scientifico di "adattamento" trofico (alimentare).

Tutte le branche scientifiche specialiste nel settore, dalla paleobiofisica, alla biofisica antropica, alla paleontologia, alla filogenetica, all'anatomia comparata, alla morfologia funzionale comparata fitozologica, alla fisiologia comparata, alla paleoecosistemica, ecc. convergono nel seguente dato di fatto centralemsi può parlare di "adattamento" trofico negativo solo ed esclusivamente se ci si trova nella RESENZA ASSOLUTAMENTE CONTEMPORANEA dei relativi

1) **DEVIANZA H (**generale) Come predetto, la devianza H è la deviazione della struttura dinamica di una specie dal ciclo H[che costituisce la struttura dinamica del fruttivorismo relativo alla sua componente zoologica (riferito alla

co-struttura fito-zoologica)]. Nel caso della specie umana, alcuni dei dati scientifici principali su come questo primo parametro di devianza H (generale) mai minimamente verificato, ma addirittura (proprio specialmente negli ultimi 1,8 milioni di anni) sia proceduto in direzione esattamente del tutto opposta, verso un decisissimo perfezionamento H (fruttivoro), sono i seguenti.

Le analisi frequenziali della materia non barionica rilevabile (con procedura indiretta) sono in linea con la struttura dinamica relativa che si rileva esclusivamente in tutti i sistemi materiali a ciclo H attivato [strutture fruttivore in fase trofica naturale, cioè perfettamente fruttivora e monofruttivora (monotrofismo, e monofruttivorismo in questo caso, sono i fenomeni naturali normali, cioè di equilibrio ecosistemico, descritti meglio più avanti)], e addirittura presentano una spiccata tendenza verso una situazione di monofruttivorismo minimo, dimostrando parallelamente un enorme spostamento verso una situazione di minima energia strutturale, che ci conferma costituire la specie anche più biofisicamente evoluta del pianeta.

Gli assetti totali dei campi elettromagnetici, unicamente del sistema fito- zoologico specie-specifico della specie umana, sia esterni che interni, nella comparazione fito-zoologica completa, presentano equivalenza sempre esclusivamente con le strutture a ciclo H attivato, con assetto energetico sempre più minimale, e quindi perfezionato, rispetto persino ad esse.

I livelli quantitativi e qualitativi di antimateria (la cui presenza nei sistemi materiali biologici la accenneremo meglio più avanti) rilevabile (con procedura indiretta) sono tipici delle strutture biologiche (co-struttura fitozoologica totale) a ciclo H, sempre spiccatamente più in asse con il monofruttivorismo.

Il dimensionamento quantitativo e qualitativo nucleare della materia barionica, a cominciare dall'impostazione protonica, neutronica ed elettronica, corrisponde unicamente a quello relativo a sistemi materiali a ciclo H attivato (strutture fruttivore in fase di fruttivorismo esclusivo), e, inoltre, sempre su asse quantitativo minimale.

Medesima situazione (rispetto a tutte le precedenti) si riscontra a livello atomico, nel dimensionamento quantitativo e qualitativo in termini di idrogeno, carbonio, ossigeno, azoto ed oligoelementi.

A livello biochimico, poi, oltre al rilevamento di una situazione che si riscontra perfettamente analoga alle precedenti, occorre precisare che nei mammiferi (come il caso della specie umana) è del tutto fondamentale il criterio procedurale di base dell'esame approfonditissimo della struttura materiale del LATTE SPECIE-SPECIFICO: all'esame biofisico e biochimico, strutturale e dinamico, nel latte della specie umana E' assente il minimo segno di devianza H, ma addirittura si rileva una situazione strutturale che dimostra un totale avanzamento della specie umana stessa nel perfezionamento di inserimento nel ciclo H (struttura dinamica fruttivora).

Tutto l'idrogeno contenuto nel latte umano ha una situazione biofisica e biochimica, sia strutturale che dinamica, di disponibilità totale per l'attivazione del ciclo H (diretto e mai, nemmeno lontanamente, indiretto).

A sottolineare l'impostazione H rigidissima della nostra intera fisiologia, la quantità di azoto del latte umano è assolutamente MINIMA, rispetto a tutte le altre specie animali, e addirittura in particolare a quelle a più spiccato inserimento nel ciclo H (i primati fruttivori stessi),

DIMOSTRANDO ANCORA UNA VOLTA LA NOSTRA COMPATIBILITA' TROFICA DEL TUTTO ESCLUSIVA CON LE STRUTTURE MATERIALI CARPICHE (LA FRUTTA),

ed in particolare decisamente a quelle a minimo contenuto di azoto in assoluto, come proprio la MELA (in particolare la mela rossa, che presenta strutture azotate persino sotto la soglia di 0,17 % in peso).

A livello fisiologico, un altro fattore fondamentale che conferma il perfezionamento del ciclo H nel metabolismo della specie umana, è lo spostamento dell'asse dell'utilizzo dell'idrogeno in una situazione di minima energia (e quindi, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione, salutare), a partire solo ed esclusivamente dalla struttura molecolare del fruttosio (invece che del glucosio, come avviene in qualsiasi altra fisiologia animale o eterotrofa sull'intero pianeta).

Questo dato di fatto (innesco totale dell'assetto fisiologico del METABOLISMO DEL FRUTTOSIO nella specie umana) dimostra, inoltre, chiarissimamente che la fisiologia intera della nostra specie si è spostata a tal punto sull'assetto del ciclo H, che pretende unicamente strutture materiali trofiche dotate di fruttosio (cioè, solo ed esclusivamente frutta), ma addirittura pretende esclusivamente ed assolutamente strutture materiali trofiche che, come carboidrato, sono dotate quasi interamente di fruttosio (cioè, solo ed esclusivamente la mela, come vedremo meglio nello stesso predetto capitolo).

Tutte queste risultanze analitiche di fatto, in realtà, confermanoi dati fondamentali dell'intera biofisica, cioè che quando una specie eterotrofa (animale), specialmente pluricellulare, (come è successo a quella umana) entra in assetto di ciclo H, la sua fisiologia diventa talmente stabile e spontaneamente migliorativa, che, per il principio

stesso della minima energia,

Ed e' praticamente impossibile un arretramento di devianza H ("adattamento" alimentare negativo), specialmente in una condizione di totalmente assente omogeneità paleoecosistemica negativa (come vedremo più avanti), ma addirittura si verifica necessariamente un costante perfezionamento dell'assetto biofisico di ciclo H (struttura dinamica fruttivora) stesso.

6 PARAMETRI TOTALMENTE ESSENZIALI:

2) **MODIFICA DI DEVIANZA H MORFO-FITOZOOLOGICA** L'assetto mtozoologico relativo alla specie umana, mai subito nessuna benchè minima modifica di devianza H, e addirittura, sempre specialmente proprio negli ultimi 1,8 milioni di anni, un formidabile avanzamento verso la configurazione orfo-fimassimamente in asse col ciclo H (struttura dinamica fruttivora).

Ad esempio, a livello antropometrico, l'assetto verticale della postura sia statica che in fase locomotoria, ha subito un ulteriore perfezionamento, consentendo finalmente la verticalità strutturale (di base) assoluta, tipica degli organismi a ciclo H (a cominciare da quelli unicellulari, procarioti ed eucarioti).

Un altro esempio di avanzamento della specie umana verso l'assetto ideale di ciclo H, è costituito dall'estremo sviluppo del sistema nervoso centrale (da cui deriva anche lo spiccato aumento volumetrico della scatola cranica), che consente proprio la dinamica a minima energia del flusso di idrogeno all'interno dell'intero organismo [consentito anche dal metabolismo massimo del fruttosio (in condizioni naturali) delle cellule neuronali, rispetto ad addirittura tutti gli altri settori fisiologici dell'organismo stesso].

3) **MODIFICA DI DEVIANZA H ANATOMICA** In modo assolutamente opposto anche a questo terzo parametro, sempre costantemente, proprio nel corso degli ultimi 1,8 milioni di anni, l'anatomia trofica della nostra specie ha subito un tale avanzamento verso un assetto strutturale perfettamente fruttivoro, da superare di moltissimo tutti i primati fruttivori, compresi i primati antropomorfi, e addirittura tutti gli assetti strutturali della specie umana stessa assunti in precedenza. L'assetto si è strutturato sempre di più su di una biomeccanica addirittura perfettamente malivora (come vedremo meglio nel capitolo relativo all'anatomia comparata e morfologia funzionale comparata fitozoologica).

Alcuni esempi di questo perfezionamento deciso sul ciclo H (il suo massimo livello è consentito esclusivamente proprio dal metabolismo del fruttosio), sono:

- accorciamento mascellare e della cavità orale in generale;
- verticalizzazione degli incisivi (bunodonti), superiori ed inferiori, centrali e laterali;
- livellamento totale dell'altezza dei monocuspidali (chiamati erroneamente "canini", come vedremo nel capitolo relativo all'anatomia comparata) con tutti i restanti altri denti;
- riduzione dimensionale (volumetrica) dentaria generale; ecc.

Nei paragrafi dedicati alla morfologia funzionale comparata fitozoologica, esaminata proprio dal livello morfofunzionale, vedremo anche alcuni dettagli relativi all'adattamento della compatibilità biomeccanica del morso bunodonto umano esclusivamente con la configurazione strutturale della mela, coadiuvata pure dai suddetti esempi di assestamento perfettivo di assetto anatomico proprio sul ciclo H.

4) **MODIFICA DI DEVIANZA H FISIOLOGICA** Sempre in direzione del tutto opposta anche a questo quarto parametro, l'assestamento definitivo della fisiologia della specie umana su un assetto fruttivoro (di ciclo H), o meglio perfettamente malivoro (di ciclo H a minima energia), è del tutto provato scientificamente a livello mondiale, e testimoniato anche dai seguenti esempi di dati scientifici di fatto:

- (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna) l'intera composizione biologica e chimica del latte della specie umana, indica TUTTORA ed in maniera sempre più accentuata, perfettamente solo ed esclusivamente la frutta, con asse statico e persino tendenziale sempre più spostato verso la configurazione dinamica biochimica e biofisica della fisiologia della mela;

- la fisiologia di ogni settore dell'intero organismo umano, E' assente qualsiasi compatibilità con il metabolismo del glucosio, a favore di una sempre più spiccata compatibilità (proprio nel corso degli ultimi 1,8 milioni di anni), tuttora assolutamente perfetta, solo ed esclusivamente col METABOLISMO DEL FRUTTOSIO, di cui vedremo solo alcuni cenni dell'assoluta infinità di vantaggi fisiologici specie specifici per la specie umana, sempre nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna;

- nel predetto capitolo, nei prossimi, ed in particolare in quello relativo alla patologia moderna, vedremo la correlazione direttissima tra addirittura il concetto stesso di patologia e qualsiasi "alimento" aspecifico (cioè diverso da mela, o, al limite, frutta);

- specialmente nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, ma anche in tutte le altre scienze sperimentali esaminate, vedremo la persino incredibile POTENZA SALUTISTICA della fisiologia della frutta, ma in modo assoluto esclusivamente della mela, nei confronti della nostra specie;

- in particolare nel capitolo relativo alla patologia moderna e terapeutica moderna, vedremo la addirittura ancora più incredibile POTENZA TERAPEUTICA sempre della fisiologia della frutta, ma ancora in modo assoluto unicamente della mela, nei confronti della specie umana; [si ricorda che il MASSIMO grado di SALUTE, oltre che il MASSIMO POTERE TERAPEUTICO, determinato dall'alimentazione esclusiva sostenibile di frutta, ma, come vedremo meglio, in particolare SOLO ed ESCLUSIVAMENTE proprio dall'alimentazione UNICAMENTE di MELE, è proprio IL PARAMETRO FONDAMENTALE che, in maniera più DIRETTA di ogni altro, DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE che la SPECIE UMANA MAI SI E' MINIMAMENTE "adattata" (devianza H), e ciò NEL MODO PIU' ASSOLUTO, a NESSUN altro cosiddetto "cibo", ma che addirittura HA PERFEZIONATO TOTALMENTE LA SUA FISIOLOGIA PROPRIO VERSO SOLO ed ESCLUSIVAMENTE QUELLA STRUTTURA TROFICA CARPICA (MELA) (perfezionamento H)];

- ecc.

5) **MODIFICA DI DEVIANZA H GENETICA** In maniera del tutto analoga agli altri parametri, nella specie umana si riscontrauna totale assenza di qualsiasi minimo carattere (trofico o generale) adattativo in pregressione aspecifica interno o esterno, genotipico o fenotipico, biofisico, biochimico o fisiologico a cominciare proprio dal metabolismo genetico, e ancora un energico assestamento addirittura perfettivo dell'intero assetto strutturale e dinamico genetico sul ciclo H di minima energia (fruttivoro, in particolare malivoro), in qualsiasi comparazione persino fitozoologica, sia a livello intraspecifico che interspecifico.

Inoltre, nel capitolo relativo alla gerontologia moderna, esamineremo come, a cominciare proprio dal campo genetico, sia a livello genotipico, che a livello fenotipico, tutta la dinamica dei processi d'invecchiamento relativi alla nostra specie, solo ed assolutamente minimizzabile solo ed esclusivamente con la biochimica sofisticatissima della frutta, e addirittura come si possa far entrare in fase G-zero (cioè persino in ARRESTO TOTALE DEI PROCESSI D'INVECCHIAMENTO) l'intero ciclo cellulare di ogni cellula dell'organismo umano solo ed esclusivamente con la biofisica e conseguente biochimica intrinseca alla fisiologia della mela (rossa); ecc.

6) **OMOGENEITA' PALEOECOSISTEMICA DI DEVIANZA H** Questo sesto parametro costituisce uno dei dati scientifici di fatto fondamentali per comprendere meglio il motivo per cui nella specie umana, come abbiamo visto, mai si e' verificato nessun adattamento trofico negativo (rispetto al ciclo H fruttivoro), specialmente proprio negli ultimi 1,8 milioni di anni, si è realizzato persino un fortissimo perfezionamento H (cioè sull'assetto fruttivoro stesso, ed in particolare centrato sul malivorismo).

Occorre subito sapere che è notissimo nella scienza filogenetica (scienza dell'evoluzione) che, per ottenere una devianza H ("adattamento" negativo) di una qualsiasi specie animale, occorre la condizione assolutamente essenziale della

OMOGENEITA' (CONTINUITA') TEMPORALE ASSOLUTAMENTE PERFETTA

della pressione trofica negativa (rispetto al ciclo H) PER ALMENO MOLTI MILIONI DI ANNI, durante tutta la paleoecosistemica relativa alla sua specie, fenomeno conosciuto proprio come omogeneità paleoecosistemica di devianza H.

L'assoluta impossibilità di devianza H nella specie umana è anche rafforzata enormemente dal dato di fatto che è sempre notissimo nella scienza filogenetica, specialmente trofica (alimentare), l'intera devianza H, E PERSINO LA MINIMA VARIAZIONE DI OGNI SINGOLO CARATTERE, ANATOMICO E SPECIALMENTE FISIOLOGICO,

per essere anche solo minimamente innescata in una specie, ha anch'essa del tutto bisogno di una continuità temporale assolutamente perfetta e per almeno molti milioni di anni, soprattutto in una situazione come quella relativa al nostro caso, in cui la variazione del carattere anatomico e fisiologico (che viaggiano assolutamente sempre in contemporaneità parallela) sarebbe dovuta andare del tutto proprio contro il ciclo H, e quindi completamente contro lo stesso intoccabile principio della minima energia.

In altri termini, una qualsiasi specie animale, per ottenere un "adattamento" trofico negativo (rispetto al ciclo H), proprio in quanto va fisiologicamente del tutto contro il principio della minima energia, deve essere costretta alla variazione trofica in maniera assolutamente costante, in tutto il corso di molti interi milioni di anni della prosecuzione filogenetica della sua specie.

Questo è proprio uno dei motivi fondamentali per cui mai si è verificata alcuna devianza H nella specie umana, e addirittura si riscontra nella sua struttura e fisiologia odierna un deciso perfezionamento H fruttivoro ed addirittura malivoro:

Infatti, negli ultimi 1,8 milioni di anni per l'intera specie umana, mai vi è stata alcuna omogeneità paleoecosistemica di devianza H, ma addirittura, del tutto all'opposto (come insegna chiaramente anche la paleogeologia, compresa l'analisi dettagliata dell'alternanza dei periodi glaciali ed interglaciali, a partire proprio dalla prima glaciazione di 1,8 milioni di anni fa), SI E' VERIFICATA LA PIU' GRANDE OSCILLAZIONE PALEOECOSISTEMICA che l'intero corso della storia evolutiva financo di tutti i primati abbia mai avuto persino negli ultimi 60 milioni di anni.

Inoltre, i periodi glaciali, mai hanno impedito alla specie umana di reperire

UNA QUANTITA' GRANDEMENTE SUFFICIENTE DI FRUTTA

per nemmeno minimamente o lontanamente innescare il solo inizio di qualsiasi devianza H (anche se, comunque, la sua carenza lo ha costretto ad introdurre provvisoriamente, ma patologicamente, altri elementi ecosistemici aspecifici come "cibo"), e addirittura sono stati subito dopo sempre intervallati da periodi interglaciali molto caldi, persino molto più lunghi e stabili di quelli glaciali, con

UNA ASSOLUTA ED ESTREMA ABBONDANZA DI FRUTTA,

che hanno consentito sempre alla specie umana di perfezionarsi decisamente nell'adattamento invece del tutto positivo verso il ciclo H fruttivoro, ed in particolare

VERSO IL CICLO H A MINIMA ENERGIA MALIVORO

anche per il semplicissimo motivo che il melo è l'unica spermatofita angiospema dicotiledone a frutto polposo in grado di adattarsi velocemente dai climi caldi a quelli più freddi [inoltre, ancora oggi lo troviamo dalla zona equatoriale (Rift Valley) fino alla zona del circolo polare],

DIVENENDO, QUINDI, LA MELA L'UNICO ALIMENTO COSTANTE PER LA SPECIE UMANA IN QUALSIASI VARIAZIONE ECOSISTEMICA [visto, inoltre, che qualsiasi variazione ecosistemica, mutando anche completamente sia le componenti vegetali che animali dell'ecosistema stesso, ha provocato letteralmente in continuazione (filogenetica) una variazione trofica anche quasi totale nella specie umana], [la paleobotanica ha reperito resti archeologici costantemente di mele e meli (nel campo della frutta), anche dall'Egitto (in zona relativa all’uscita dalla Rift Valley) alla Svizzera e oltre verso nord].

Che la mela abbia costituito, anche se in quantità diverse, assolutamente l'unico alimento costante per la specie umana [nella variazione continua di tutte le altre componenti ecosistemiche (trofo- aspecifiche), che usava, appunto, come "cibo" di sopravvivenza], è confermato anche dal dato scientifico di fatto che, proprio negli ultimi 1,8 milioni di anni, essendosi trovata sempre in una situazione ecosistemica in cui era letteralmente costretta a seguire sia l'avazamento del fronte dei ghiacci durante ogni fase glaciale, e sia il successivo arretramento dei ghiacci stessi durante ogni fase interglaciale, si è trovata in continuazione in una condizione di quasi costante adiacenza ad una zona climatica di fronte dei ghiacci,

CHE DETERMINAVA NEL PROPRIO ECOSISTEMA LA POSSIBILITA' DI SOPRAVVIVENZA ARBOREA FRUTTIFERA A FRUTTO POLPOSO TOTALMENTE ESCLUSIVA PROPRIO DELL'UNICA PIANTA DI QUEL TIPO (IL MALUS, CIOE' IL MELO) CAPACE (ANCORA OGGI) DI RESISTERE ALLE TEMPERATURE MINIME,

anche tra tutte le rosacee a frutto polposo,e persino anche tra tutte le stesse spermatofite angiosperme dicotiledoni a frutto polposo.

Proprio pure esattamente questa alternanza di periodi glaciali ed interglaciali ha avuto l'effetto di determinare LA

PIU' POTENTE CO-EVOLUZIONE (cioè evoluzione parallela con complementarizzazione anatomo-fisiologica) TRA DUE SPECIE VIVENTI almeno in tutto il campo dei primati, che si sono necessariamente aiutate a vicenda anche nella sopravvivenza, SPECIE UMANA E SPECIE ARBOREA MALUS (IL MELO).

Ma uno dei dati scientifici fondamentali è che un'alternanza di maggiore e minore pressione trofica adattativa positiva (cioè esclusivamente verso la minima energia, quindi verso l'assetto di ciclo H, come proprio nel caso tra specie umana e specie arborea del melo),

DETERMINA UN POTENZIAMENTO ENORME DELL'EFFETTO CO-EVOLUTIVO,

e quindi della COMPLEMENTARIZZAZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA TRA SPECIE UMANA E SPECIE ARBOREA DEL MELO, (in misura addirittura crescente, sempre persino con velocità molto maggiore, a mano a mano che ci si avvicina al ciclo H stesso, come è stato proprio esattamente il caso della specie umana con la specie arborea del melo),

fenomeno filogenetico (ed in parte anche biologico generale) noto come EFFETTO TROFICO ALTERNATO POSITIVO, detto anche "effetto martello" (così come, per inserire un chiodo in un muro, una forza, più grande ma costante, applicata con un martello sul chiodo stesso, è enormemente meno efficace di una forza, anche di moltissimo più piccola, applicata alternativamente con direzioni opposte, battendo ad ogni ritorno sulla testa del chiodo):

è arcinoto, infatti, che l'adattamento trofico, anche recettoriale generale, è determinato sia da stimolazioni trofiche (alimentari) costanti prolungate (che provocano, però, addirittura una diminuzione di sensibilità, detta, appunto, adattamento "negativo"), e sia dalle stimolazioni trofiche stesse ridotte, o persino cessate, (che, invece, provocano, del tutto al contrario, addirittura un incremento della sensibilità medesima, detta, appunto, adattamento "positivo"), cosicchè, nel caso della specie umana, proprio negli ultimi 1,8 milioni di anni,

LA RIPRESENTAZIONE MAGGIORE ALTERNATA DELL'ASSETTO H NE HA, OGNI VOLTA, POTENZIATO ULTERIOLMENTE IL PERFEZIONAMENTO, FINO ALL'ATTUALE ASSETTO DI CICLO H PERFETTO (DI MINIMA ENERGIA, CIOE' MALIVORO).

E', quindi, anche esattamente per questo motivo che la specie umana si è adattata alla specie arborea del melo in misura minore nei primi 5,2 milioni di anni, in una situazione di costanza ecosistemica (stimolazione trofica costante prolungata), rispetto all'adattamento alla stessa specie arborea del melo che si è determinato nella nostra specie PROPRIO NEGLI ULTIMI 1,8 MILIONI DI ANNI, in una situazione di una certa alternanza ecosistemica (stimolazione trofica alternativamente ridotta e riaumentata),

PERIODO NEL QUALE SI RISCONTRANO, INFATTI, PERSINO I MAGGIORI E PIU' DEFINITIVI PERFEZIONAMENTI DELLA CO-EVOLUZIONE, E QUINDI DELLA COMPLEMENTARIZZAZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA TRA LA SPECIE UMANA E LA SPECIE ARBOREA DEL MELO.

In altri termini, il "martello" potentissimo dell'alternanza ecosistemica ha spinto il "chiodo" dell'adattamento al melo, in una dinamica biochimica complementarizzante solo estremamente più efficace di qualsiasi altra costanza ecosistemica sul melo stesso, e addirittura in una quantità temporale enormemente inferiore.

Dunque, la totalità dei 6 parametri essenziali della devianza H, applicati alla specie umana, in tutta la sua filogenetica e specialmente negli ultimi 1,8 milioni di anni, indicano chiarissimamente che:
un qualsiasi tipo di benchè minimo ed anche lontano innesco di "adattamento" dell'uomo a "cibi" diversi da frutta mai c'e' stato nella maniera più assoluta (anche persino per ognuno dei 6 parametri esaminati singolarmente), cioè NELLA SPECIE UMANA SONO ASSENTI I PARAMETRI DI COSIDDETTO "ADATTAMENTO" ALIMENTARE NEGATIVO (RISPETTO AL CICLO H),

sarebbe stato anche praticamente impossibile, per il principio della minima energia, per il quasi perfetto assetto H assunto nei primi 5,2 miloni di anni, sarebbe stato esattamente

TOTALMENTE IMPOSSIBILE PER LA SPECIE UMANA

(biologicamente, biochimicamente e persino biofisicamente) anche per la totale assenza del sesto parametro essenziale della omogeneità paleoecosistemica di devianza H, e addirittura OGNUNO DEI 6 PARAMETRI, sia esaminati nel loro complesso totale, sia esaminati singolarmente e separatamente, constatano scientificamente e totalmente che, proprio specialmente negli ultimi 1,8 milioni di anni,

LA SPECIE UMANA SI E' PERSINO PERFEZIONATA AL MASSIMO LIVELLO PROPRIO NEL CICLO H A MINIMA ENERGIA, CIOE' FRUTTIVORISMO ED IN PARTICOLARE MALIVORISMO.

Inoltre, tutte le ulteriori conferme definitive di ciò si sono trovate proprio anche nelle scienze moderne più approfondite, come (oltre la paleoantropologia moderna), morfologia funzionale comparata fitozoologica, anatomia comparata, fisiologia comparata, scienza dell'alimentazione moderna, patologia moderna, terapeutica moderna, ecosistemica moderna, ecc., che hanno ampiamente ed definitivamente dimostrato che sia la nostra struttura anatomica che fisiologica (sia digerente che generale) sono, in misura ancora maggiore ma addirittura massima al tempo odierno, del tutto tipiche e persino perfezionate al massimo degli animali fruttivori, in particolare sull'assetto strutturale e fisiologico esattamente malivoro (come vedremo meglio nei capitoli relativi ad ogni suddetta scienza).

DEVASTANTE variazione alimentare (provvisoria): unica causa di innesco di "reazione problematica a catena" fino alla letterale creazione della TOTALITA' ASSOLUTA dei problemi di oggi (personali e collettivi)

Quindi, 1,8 milioni di anni fa, solo ed esclusivamente proprio questa costretta MASSACRANTE provvisoria variazione alimentare (che, appunto, mai ha portato a devianza H), innescò, però, la più micidiale vera e propria "reazione a catena" di conseguenze negative che l'intera storia della vita abbia mai conosciuto:

il modello di sviluppo assolutamente del tutto insalubre ed umiliante per l'individuo, massacrante per i popoli e distruttivo per l'intero pianeta, è sfociato oggi, in maniera sempre più velocemente devastante e pericolosa per la nostra stessa sopravvivenza come specie, in quello che anche l'ONU medesima (rappresentante tutte le 192 nazioni dell'intero pianeta) ha ormai definito "modello di sviluppo insostenibile" e da rinaturalizzare velocemente (nella modalità che vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica).

Cioè, 1,8 milioni di anni fa, solo ed esclusivamente proprio questa costretta devastante provvisoria variazione alimentare, determinò la seguente massacrante "reazione problematica a catena":

- sviluppo immediato nella specie umana di tutte le migliaia di malattie esistenti, le stesse che sviluppiamo ancora oggi (i resti fossili umani presentano i segni di ogni tipo di patologia solo ed esclusivamente a partire da 1,8 milioni di anni fa);

- crollo immediato totale della vita media [i resti fossili umani, aumentati improvvisamente e immensamente (per effetto di morte precocissima) proprio esattamente 1,8 milioni di anni fa, dimostrano in modo chiarissimo, anche con il calcolo esatto della loro età con gli strumenti moderni più sofisticati, che la vita media arrivò improvvisamente addirittura a meno di 20 anni, e ancora oggi, soprattutto con il minimo aumento graduale del consumo di frutta, abbiamo solo in minima parte recuperato, rispetto all'età media molto più lunga e addirittura indefinita che si raggiungeva prima della glaciazione stessa].
  Allo stesso tempo, sempre unicamente proprio questa costretta provvisoria variazione alimentare determinò ancora la seguente massacrante continuazione della "reazione a catena":

- sviluppo immediato del fenomeno di dinamica sociale più distruttivo mai esistito nell'intera preistoria e storia della specie umana, il lavoro obbligatorio, nato (come vedremo meglio più avanti) solo ed esclusivamente proprio per ottenere l'alimentazione innaturale stessa, esattamente come avviene ancora oggi.

Infatti, i primi resti fossili di strumenti artificiali, che erano relativi esclusivamente alla suddetta costretta variazione alimentare, risalgono proprio esattamente ad 1,8 milioni di anni fa (la loro fabbricazione e utilizzo, tra l'altro, fu anche il motivo principale per cui l'uomo, assolutamente per la PRIMA volta nella sua intera storia, fu COSTRETTO a rifugiarsi nelle CAVERNE; per una sua migliore autodifesa, infatti, sarebbe stato sufficiente stabilirsi su giacigli sui radi ma grandi alberi della savana, visto anche era difficile impedire l'ingresso nelle gigantesche caverne ai grossi carnivori di allora).

Inoltre, il fatto stesso che questi strumenti erano relativi solo ed esclusivamente alla suddetta variazione alimentare, comprova ulteriolmente la sua TOTALE INNATURALITA' per l'uomo (anche in quanto, invece, per quel frutto, essendo l'unico alimento a lui biologicamente adatto, è quindi, ovviamente, proprio per questo motivo, l'unica categoria alimentare per l'uomo ad essere assente il bisogno di alcun strumento artificiale):

infatti, mancando improvvisamente la frutta, e soprattutto la sua frutta specie-specifica, l'uomo fu COSTRETTO per sopravvivere ad usare come "cibi", per la PRIMA volta nella sua storia, soprattutto foglie coriacee e semi secchi che trovava disperatamente nella savana, ma che ovviamente non essendo adatti alla sua specie e di conseguenza non bastando per la sua alimentazione, l'uomo fu COSTRETTO, sempre per la PRIMA volta nella sua storia, ad usare inizialmente anche cadaveri di erbivori uccisi dai carnivori, visto che e' senza gli strumenti naturali atti ad uccidere come zanne ed artigli; e senza dentature ed interi sistemi digerenti adatti a foglie, semi e carne (come vedremo meglio) fu COSTRETTO anche ad ammorbidire tutte queste sostanze per lui FORTEMENTE TOSSICHE, sempre per la PRIMA volta nella sua storia, tramite la cottura, la quale toglie ulteriolmente capacità vitale e salutare a tutti i predetti elementi ecosistemici usati al posto del vero cibo per la sua specie; quindi, tutti gli strumenti ARTIFICIALI erano destinati esclusivamente:

- per il taglio e la raccolta delle cosiddette "verdure",
- per la faticosa estrazione e raccolta dei semi,
- per la faticosissima e laboriosissima caccia (sviluppatasi solo in una seconda fase),
- per la faticosa preparazione di tutte e 3 queste tipologie per essere mangiate dalla nostra specie (spesso anche molto complessa, soprattutto per i semi),
- poi tutta la strumentazione relativa alla gestione ed utilizzo del fuoco di cucina, recipienti e strumenti per la loro cottura, recipienti e strumenti per la tavola, ecc.

Così come fu complicatissimo per la specie umana, una volta distrutta la frutta per effetto delle glaciazioni, con la sua dentatura bunodonte di fruttivoro (le dentature e le strutture digerenti le analizzeremo meglio nel capitolo relativo all'anatomia comparata e fisiologia comparata), reperire faticosamente qualche foglia appena masticabile (oggi alcune le abbiamo "ammorbidite" con migliaia di incroci artificiali, ma in natura sono tutte coriacee), per le quali occorre invece una dentatura completamente diversa, cioè la dentatura selenodonte degli erbivori, o così come fu ancora complicatissimo per la specie umana, sempre con la sua dentatura bunodonte di fruttivoro, reperire faticosamente qualche radice appena masticabile (anche loro, oggi le abbiamo "ammorbidite" con migliaia di incroci artificiali, ma in natura sono tutte ancora più coriacee), per le quali occorre invece una dentatura ancora completamente diversa, cioè la dentatura brachiodonte dei radivori

[foglie, radici e altri tessuti di piante, sono, come vedremo meglio, che componenti ecosistemiche aspecifiche per la specie umana (cioè nutrizionalmente del tutto incompatibili, anatomicamente e soprattutto fisiologicamente, con la specie umana), e che noi oggi chiamiamo erroneamente "verdure", quasi fosse "normale" introdurli nel cavo orale fruttivoro della nostra specie], o così come fu ancora più estremamente complicato per la specie umana, sempre con la nostra dentatura bunodonte di fruttivoro, reperire faticosissimamente, a livello di "alimentazione", qualche seme (ad esempio le graminacee della savana), per i quali, infatti, essendo addiritura per noi impossibile masticarli (anche per la loro estrema durezza), nè, tanto meno digerirli così come sono, occorre, invece, una dentatura completamente diversa, cioè la dentaura scalprodonte dei semivori, o il becco, cavo orale e la struttura digerente degli uccelli granivori (capaci di frantumare e digerire un chicco di grano col loro stesso sistema digerente),

[l'insieme dei tessuti degli embrioni vegetali, detti "semi", anche loro, sono, come vedremo meglio, che componenti ecosistemiche aspecifiche per la specie umana (cioè sempre nutrizionalmente del tutto incompatibili, anatomicamente e soprattutto fisiologicamente, con la specie umana), e che noi oggi chiamiamo erroneamente, se riferito a semi di specie vegetali leguminose, "legumi", se riferito a semi di specie vegetali graminacee, "cereali", se riferito a semi di specie vegetali dicotiledoni prevalentemente arboree, "semi oleosi", quasi fosse, ancora una volta, "normale" introdurli nel cavo orale fruttivoro della nostra specie],

così, allo stesso modo, fu complicatissimo per la specie umana reperire faticosissimamente qualche pezzo di cosiddetta "carne", in quanto, in primo luogo, la specie umana, avendo una struttura di primate arboricolo, senza fibre muscolari sufficientemente veloci come un carnivoro per inseguire una preda (i carnivori possono raggiungere fino ad oltre 120 km/h), in secondo luogo, e senza artigli per afferrare una preda, nè di zanne per ucciderla, motivo per il quale, siccome poche foglie e pochi semi erano poche per sopravvivere, dovette, per lunghissimo tempo, accontentarsi di raccogliere alcuni resti di animali erbivori uccisi dai carnivori, trovando però immediatamente un altro enorme ostacolo nell'usarla come "alimentazione": sempre con la nostra dentatura bunodonte di fruttivori, nemmeno assolutamente masticabile la carne cruda, per la quale occorre invece una dentatura ancora completamente diversa, cioè la dentatura secodonte dei carnivori.

Quindi, per il primate fruttivoro uomo, la natura ha messo degli ostacoli all'inizio addirittura assolutamente insormontabili per poter riuscire nemmeno lontanamente ad introdurre persino nella nostra bocca tali altri "pezzi di ecosistema" che tutto sono stati fatti per essere, tranne proprio che da "cibo" per la nostra specie.

La natura, quindi, ha cercato disperatamente di impedirci di introdurli addirittura nella nostra bocca in tutti i modi; per questo, con una azione assolutamente DISPERATA durata centinaia di migliaia di anni, l'uomo si è dovuto gradualmente inventare tutti gli strumenti artificiali che oggi costituiscono le nostre ipercomplesse "agricoltura", "zootecnia", e tutti i nostri apparentemente banali, ma visti nel dettaglio ipercomplessi, numerosissimi strumenti presenti nella nostra cucina, proprio per poter preparare e cucinare tutte le cosiddette "verdure", tutti i cosiddetti "semi", tutte le cosiddette "carni", ecc.

Per solo poterle introdurre nella nostra bocca, le cosiddette "verdure" abbiamo dovuto prima "ammorbidirle" artificialmente con migliaia di ipercomplesse prima selezioni spontanee, poi incroci (la "protesi artificiale dei nostri denti per le verdure"), nell'arco di addirittura centinaia di migliaia di anni;

sempre per solo poterli introdurre nella nostra bocca, i cosiddetti "semi", ad esempio quello principale, il grano, abbiamo dovuto prima "masticarlo artificialmente", cioè macinarlo con un potente macchinario, la macina (la "protesi artificiale dei nostri denti per i semi"), poi, essendo insufficente, "ammorbidirlo" ulteriolmente con l'invenzione molto più dannosa e

patogenica del fuoco; sempre per solo poterla introdurre nella nostra bocca, la cosiddetta "carne", abbiamo dovuto prima, per uccidere l'animale, al posto delle zanne degli animali carnivori, inventarci le punte delle lance (la "protesi artificiale dei nostri canini bunodonti da fruttivoro", la cui struttura analizzeremo meglio nel capitolo relativo all'anatomia comparata; infatti la "cuspide" della zanna etimologicamente significa proprio "punta di lancia"), poi, abbiamo dovuto anche "ammorbidirla" sempre con l'invenzione molto più dannosa e patogenica del fuoco.

Mentre, ancora oggi, possiamo mangiare una mela (o un frutto a buccia edibile) assolutamente senza il minimo strumento, o artifizio, o "protesi" artificiale: proprio perchè è l'unico alimento adatto alla nostra specie.

Basterebbe anche solo questo dato di fatto per dimostrarlo. Infine, sempre solo ed esclusivamente proprio la suddetta costretta variazione "alimentare", determinò l'ultimo, del tutto distruttivo, anello della "reazione problematica a catena": lo sviluppo immediato della indirettamente tremenda suddivisione dei compiti nella specie umana, con esclusività principale costantemente sempre per l'alimentazione innaturale stessa, esattamente come avviene ancora oggi.

Infatti, mentre la donna raccoglieva, preparava e cucinava le verdure e i semi, l'uomo andava a caccia (quest'ultimo lavoro dell'uomo è stato molto gradualmente sostituito, però solo negli ultimi 10.000 anni, dall'andare "al lavoro");

quindi, lo schema "postglaciale", per l'alimentazione del tutto innaturale, fondamentale di base della suddivisione dei compiti nella specie umana, è esattamente quello che, semplicemente in maniera più estesa, costituisce la struttura portante dell'intera società umana di oggi, e quindi il nostro modello di sviluppo insostenibile attuale, è la semplicissima versione moderna precisamente di società postglaciale, fatta cioè di persone che, da 1,8 milioni di anni fa ad oggi, si alzano la mattina con il solo ed esclusivo scopo principale di procurarsi un "cibo" del tutto inadatto alla propria specie, che, oltre ad ammalarlo ogni giorno di più come individuo singolo, e quindi rendendolo sempre più infelice, lo portano, facendolo in oltre 7 miliardi di persone attuali, sempre ogni giorno di più (come analizzeremo meglio più avanti) a massacrare completamente l'intero proprio pianeta.

Motivazione scientifica del perchè la sola DEVASTANTE variazione alimentare (provvisoria)

nella specie umana ha potuto provocare la distruzione dell'equilibrio dell'intero suo stile di vita, fino addirittura a letteralmente creare tutta la problematica attuale, sia individuale che collettiva mondiale Il fatto che esclusivamente una variazione alimentare negativa può provocare anche degli effetti disastrosi su completamente tutti gli altri aspetti della vita di un essere vivente o di una intera specie animale, in quanto la definizione scientifica di vita stessa, sia nella scienza biologica che biofisica, è proprio basata solo ed esclusivamente sull'alimentazione, infatti, la definizione scientifica esatta di "vita" è: "ciò che si nutre".

(Addirittura anche l'origine etimologica della parola "vita" ha la stessa radice delle parole "vitto" o "vivanda" o "viveri", le quali significano esattamente sempre la stessa cosa: proprio "cibo", e quindi "ciò che nutre").

Infatti la "vita" differisce dalla "assenza di vita" proprio per la sua dinamica nutrizionale, che fa entrare delle unità strutturali e ne fa uscire altre. [A rigore scientifico, però, anche il mondo minerale effettua continuamente questo processo a livello microscopico (sia a livello di materia non barionica che di onde elettromagnetiche), quindi, in realtà, tutto è assolutamente "vivo", come accenneremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica].

Quindi, sempre a rigore scientifico, siccome il fenomeno della vita coincide esattamente proprio col fenomeno (effettuato addiritura ogni singolo attimo e persino da ogni nostra singola cellula, fino a livello molecolare e submolecolare) dell'alimentazione, scientificamente, la definizione stessa, ancora più precisa, di "vita" è proprio "alimentazione". (Questo ci fa capire meglio anche il perchè la nostra alimentazione sia di importanza così centrale nella nostra vita: proprio esattamente perchè la nostra alimentazione letteralmente è la nostra stessa vita. Definendone, di conseguenza, ovviamente, come accennavamo nel capitolo introduttivo, anche tutte le sue caratteristiche, proprio come la salute e la stessa felicità).

Ecco perchè, quindi, proprio come è successo alla specie umana 1,8 milioni di anni fa, cambiare, anche di poco, questo asse centrale di ciclo molecolare alimentare, significa modificare, in modo diretto e indiretto, assolutamente tutti indistintamente gli altri molteplici aspetti della vita, sia di un individuo, sia di una intera specie, animale o addirittura vegetale. [Proprio come succede ad una grossa trottola girante velocemente su se stessa, in cui facendo, con un dito, oscillare solo l'asse centrale, improvvisamente oscillano in modo persino automatico le traiettorie di assolutamente tutti gli altri punti della trottola stessa (tutti i punti della suacompleta struttura, dalla parte più interna fino anche a tutti i suoi punti di bordo laterale più estremo)].

Occorre precisare, però, che comunque la specie umana è stata anche addirittura enormemente "fortunata" rispetto alle altre specie che nel corso dell'evoluzione sono state costrette ad una variazione alimentare, proprio perchè, mentre molte di queste ultime sono entrate addirittura in devianza H (modificando cioè addirittura la loro anatomia e fisiologia, come è successo, ad esempio, per gli erbivori, granivori, ecc.), l'uomo, per la continua alternanza ecosistemica avvenuta, ed essendo anche radicato molto più profondamente nel ciclo H di tutte le altre specie animali, è ad evitare la devianza H;

questo, però, ci è costato una "difesa" dall'ecosistema, che, pur senza esser riuscita a cambiare la nostra struttura, ha però distrutto completamente sia il nostro stile di vita e sia, oggi, il nostro ecosistema globale stesso: ecco anche perchè, sempre oggi, essendo esso proprio al limite più estremo di sostenibilità ecosistemica addirittura globale, grazie specialmente all'Oloscienza, avendo riscoperto finalmente qual'è la nostra posizione nella impostazione prevista in 14 miliardi di anni dalla natura, possiamo recuperare lo stile di vita adatto alla nostra specie, e anche, di conseguenza, persino l'integrità e l'equilibrio del nostro intero ecosistema globale, fino a riappropriarci finalmente anche del nostro unico obiettivo totale di vita: il nostro equilibrio interno, che, nel nostro linguaggio, definiamo felicità.

Conclusione scientifica della Paleoantropologia (moderna)

Una volta compreso in modo scientifico che assolutamente l'UNICA causa del completo disastro nella società umana (tutt'ora divenuto addirittura CRISI ecosistemica e sociale mondiale), da 1,8 milioni di anni fa ad oggi, è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE il nostro (temporaneo) MASSACRANTE cambiamento alimentare (da quello a noi SPECIE-SPECIFICO), è sufficiente (visto che le glaciazioni sono finite, le temperature sono riaumentate, e la frutta è tornata a crescere rigogliosa), ripristinare, gradualmente ma il più velocemente possibile,

l'ALIMENTAZIONE ADATTA ALLA NOSTRA SPECIE (che è proprio l'UNICO modo per innescare la "reazione a catena" completamente inversa a quella della creazione della suddetta problematica), partendo dal livello individuale e poi sociale, per risolvere COMPLETAMENTE IN AUTOMATICO (come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica moderna), assolutamente TUTTI i problemi, prima individuali (di ognuno di noi), e poi, sempre COMPLETAMENTE IN AUTOMATICO, TUTTA LA PROBLEMATICA dell'intera società umana, nessun problema escluso (sempre come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica moderna), sorti proprio con la DINAMICA CAUSALE ESCLUSIVAMENTE ALIMENTARE, come abbiamo visto, 1,8 milioni di anni fa.

(E' ovvio, infatti, che per risolvere un qualsiasi problema mai bisogna curare l'effetto, che peggiora sempre la situazione, ma solo ed esclusivamente curare la causa, cosa che, con una "reazione a catena" inversa, mai conoscibile o capibile totalmente, quasi come per magia, risolve ovviamente anche tutti suoi effetti, che appunto si chiamano "suoi effetti" proprio perchè derivano, direttamente o indirettamente, in modo comprensibile o incomprensibile, solo ed esclusivamente da quella "causa").

Ora, quindi, visto che le glaciazioni sono TERMINATE e la flora arborea fruttifera è tornata rigogliosa come e più di prima, la SPECIE UMANA può finalmente RIAVANZARE verso un modello di stile di vita, individuale e sociale, finalmente ADATTO ALLA PROPRIA SPECIE l'UNICO che ci può conferire la sensazione di FELICITA'.

Comparazione tra conoscenza antica e scienza moderna

Se si leggono molto attentamente i testi più antichi di tutte le culture, da quelle più occidentali a quelle più orientali, da quelle più nordiche a quelle più intertropicali, si evince in modo chiaro che assolutamente tutte concordano sul fatto che all'inizio dell'esistenza umana ci fu una sorta di "età dell'oro", in cui l'uomo mai conosceva malattie o la vecchiaia, e addirittura nemmeno la morte; una età in cui era assente la schiavitù del lavoro, e tanto meno le armi o le guerre.

La cosa interessante è che più la scienza moderna approfondisce la preistoria della specie umana tramite la paleoantropologia moderna, la paleobotanica, la paleogeologia, ecc., e più si sta arrivando alle stesse identiche conclusioni della conoscienza più antica, che probabilmente era avvantaggiata anche dal fatto che le tradizioni orali più antiche partono persino dalla fonte iniziale della civiltà più remota. Stessa cosa succede se si analizzano scientificamente, e del tutto laicamente, anche i testi sacri delle più antiche religioni o filosofie mondiali. Uno degli esempi più diffusi nel mondo è proprio la Bibbia.

Sia la versione ebraica che cristiana della prima parte, la Genesi, che spiega come sia nata la specie umana, concordano perfettamente nell'affermare che quando Dio (o, per i laici, la natura) creò l'uomo lo fece direttamente in un "paradiso"; ora se si analizza la parola "paradiso" si scopre immediatamente che essa coincide perfettamente con le conclusioni della scienza più moderna: "paradiso" viene dal greco "paradeisos", e prima ancora dall'ebraico antico "pardes", che, a rigore epistemologico, significano esattamente "giardino di alberi da frutta", cioè, più sinteticamente, "frutteto";

ora, come abbiamo visto, quando la scienza moderna paleoantropologica approfondisce i processi di ominazione, compresa l'acquisizione della postura eretta del primate uomo, scopre proprio la stessa identica cosa: essa avviene in un ecosistema a frutteto, esattamente sulla Rift Valley (ciò che la Bibbia chiama "la valle dell'Eden"; prima si pensava fosse collocata tra il Tigri e l'Eufrate, ma solo perchè all'epoca nemmeno si conosceva la provenienza esatta delle prime tracce, a livello mondiale, della specie umana, scoperte solo con la paleoantropologia moderna).

Ma, ciò che è anche sorprendente, è il fatto che la Bibbia nemmneo si limita a citare il tipo di ecosistema (frutteto) in cui è nata la specie umana, è estremamente più precisa. Quando descrive l'alimentazione della specie umana, cita chiarissimamente che Dio (per i laici, la natura) disse: "mangerai da ogni albero del giardino (la frutta), e da ogni erba che

produce seme" (in botanica moderna, l'"erba che produce seme" sono esattamente le spermatofite a struttura erbacea, che, infatti, producono la frutta ortaggio, come pomodori, cetrioli, zucchine, peperoni, melanzane, zucca, ecc.: come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione, sono perfettamente dei frutti, proprio in quanto "ingrossamento dell'ovario di un fiore"); e Dio stesso conclude: "ciò sarà il tuo cibo".

Ora, sintetizzando questa affermanzione si ottiene che, anche secondo la stessa Bibbia, Dio (la natura) disse chiarissimamente ed inequivocabilmente all'uomo DI NUTRIRSI SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI FRUTTA.

La Bibbia stessa, quindi, il libro antichissimo più sacro e diffuso al mondo, dice chiarissimamente che, tradotto in termini moderni,

LA SPECIE UMANA NACQUE PERFETTAMENTE A STRUTTURA FRUTTIVORA, E, DI CONSEGUENZA, SI NUTRIVA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI FRUTTA.

A rigore, però, la Bibbia è ancora più chiara nell'indicare qual'è il frutto esatto, L'UNICO ADATTO ALLA SPECIE UMANA: dice che IL FRUTTETO ERA COMPOSTO SOLO DI UN TIPO PARTICOLARE DI ALBERO,L' "ALBERO DELLA VITA", che, anche tutti gli studi ebraici più approfonditi rilevano perfettamente essere PROPRIO IL MELO.

L'albero, invece, che Dio stesso disse che mai dovevamo mangiarne, era il simbolo di tutti gli alberi diversi da melo, l'"albero della conoscenza del bene e del male", che, nel caso della Bibbia, era esattamente il fico; infatti, nella stessa frase della Genesi, in cui Adamo ed Eva mangiano il fico (invece della mela; molte iconografie classiche raffigurano erroneamente la mela solo per maggiore bellezza estetica del frutto e dell'albero, visto che serviva proprio come decorazione di ambienti interni; ma il professionista per eccellenza, Michelangelo, nella cappella Sistina, è molto più preciso nei dettagli biblici, e raffigura proprio esattamente il fico, nella cacciata dal paradiso), subito dopo si coprono con una delle sue foglie, la foglia di fico, appunto; è solo per il fatto, quindi, di aver mangiato un frutto diverso da mela, che, anche secondo la Bibbia, la specie umana venne cacciata dal paradiso.

Ciò coincide perfettamente con la paleoantropologia moderna, secondo la quale, come abbiamo visto, la specie umana fu costretta ad allontanarsi dalla Rift Valley (dove era vissuto per milioni di anni in un meleto), a causa della prima glaciazione di 1,8 milioni di anni fa, che costrinse la specie umana, vista la carenza improvvisa di meli, a nutrirsi anche di altra frutta, e, successivamente, di altre componenti ecosistemiche (che la Bibbia descrive con "d'ora in poi estrarrai il cibo dalla terra con il sudore della fronte").

La comparazione tra la Bibbia e la scienza più moderna, sorprende ulteriolmente.

La Bibbia spiega anche come in questo frutteto primordiale, con l'alimentazione completamente fruttariana, nella specie umana erano assenti malattie e l'invecchiamento, ma l'uomo era addirittura immortale (Adamo ed Eva, secondo la Genesi stessa, vivono da immortali fino a circa 900 anni, e poi, solo dopo cacciati dal Paradiso, cambiando improvvisamente alimentazione, muoiono dopo una ulteriore cinquantina d'anni, a circa 950 anni); ora, come vedremo meglio nei capitoli di patologia moderna e gerontologia moderna, in effetti, la specie umana, ancora oggi, in alimentazione fruttariana, ed in particolare melariana, evita il processo patologico, ed i processi di invecchiamento rallentano a tal punto da far pensare ad almeno una potenzialità di immortalità, visto anche che, come vedremo meglio, questa è già nota scientificamente a livello cellulare, come "fase G-zero".

La Bibbia spiega anche come in questo frutteto primordiale era assolutamente assente il concetto del lavoro (compresa la cottura del cibo), di armi o di guerra; tutto ciò, quindi, a cui è giunta scientificamente, come abbiamo visto, la paleoantropologia moderna.

Anche la frase della Bibbia riferita a dopo l'uscita dal paradiso, cioè subito dopo che si era cambiata l'alimentazione, "donna, da ora partorirai con dolore", è di una precisione scientifica sorprendente, visto che, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione, oggi è noto che, in alimentazione fruttariana, e specialmente melariana, qualsiasi dolore pre-parto, o di doglie durante il parto, scompare completamente.

Ora, la Genesi, è stata scritta circa 4000 anni fa; e' ancora poco chiaro come a quell'epoca quella civiltà potesse conoscere dei dettagli scientifici relativi alla scienza dell'alimentazione moderna più avanzata, a cui si è giunti solo negli ultimi decenni, con le strumentazioni scientifiche più sofisticate, ma ciò che è sorprendentemente chiarissimo E' CHE LI CONOSCEVA GIA' PERFETTAMENTE.

L'ipotesi più accreditata è che la conoscenza antica si basasse direttamente sulla fonte originaria corretta delle tradizioni orali, che di padre in figlio si tramandavano, con una precisione eccezionale, vista l'assenza della distrazione di oggi dovuta alla televisione e agli innumerevoli altri mezzi di informazione di massa.

Inoltre, la conoscenza più antica si basava anche sull'osservazione diretta ed olistica della natura, che è proprio ciò su cui la scienza stessa più moderna al mondo, la predetta Oloscienza, si sta cominciando ad orientare, utilizzando anche gli

strumenti più avanzati della biomeccanica, come vedremo meglio più avanti, per trarre delle conclusioni scientifiche il più possibile aderenti alla realtà dei fatti.

Un altro elemento fondamentale di coincidenza di conclusioni tra conoscenza antica, in particolare la Bibbia, e scienza moderna, è l'aspetto riguardante il futuro della specie umana: la Bibbia termina con l'ultimo suo libro chiamato "Apocalisse", in cui descrive chiaramente che l'uomo dovrà tornare nella stessa tipologia di Paradiso in cui era stato posto durante la prima lunga fase della sua esistenza, con la stessa alimentazione arborea, senza malattie, senza la schiavitù del lavoro, senza armi, guerre, ecc., elementi a cui sta arrivando, con l'analisi scientifica più moderna, anche la scienza Ecosistemica globale, basata anche sulla biofisica particellare, come vedremo nell'ultimo capitolo.

Nella comparazione tra conoscenza antica e scienza moderna, una cosa, invece: E' OVVIO CHE LA VERITA' COMUNQUE E' UNA SOLA, e, di conseguenza, comunque la si cerchi, sia che lo si faccia con la religione, sia che lo si faccia con la filosofia, sia che lo si faccia con la scienza,

E' NORMALE GIUNGERE ALLE STESSE IDENTICHE CONCLUSIONI;

solo quando questa circostanza si verifica, infatti, quando, cioè, da qualsiasi punto di vista si guardi la realtà, si arriva alle stesse conclusioni, si può essere tranquilli che si sta procedendo sulla strada giusta, quella, appunto, della verità.

In fondo, da quando l'uomo si è posto le famose domande, "chi siamo?", "da dove veniamo?", "dove andiamo?", i tentativi di risposta delle quali hanno costituito tutto il nostro patrimonio religioso, filosofico e scientifico dell'intero pianeta, ognuno dei quali ha semplicemente usato principalmente parti diverse del nostro cervello, la religione l'intuito, la filosofia il ragionamento, e la scienza la verifica sperimentale, è, quindi, ovvio che solo ed esclusivamente quando tutte le conclusioni dei tre diversi approcci fondamentali cominciano a coincidere, ci si sta avvicinando a quell'unica VERITA' che stiamo cercando, che, come vedremo meglio, coincide proprio esattamente CON LA NOSTRA FELICITA'.

Cap. 2: ANATOMIA COMPARATA MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA

L' ANATOMIA COMPARATA è la scienza che studia la comparazione tra le estremamente diverse anatomie relative a tutte le varie specie animali (un settore è relativo anche alle specie vegetali).

La MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA è la scienza che studia la comparazione tra le estremamente diverse interazioni morfofunzionali reciproche relative alle varie specie animali e vegetali.

L'ANATOMIA COMPARATA è una scienza (una delle prime oloscienze, cui si accennava prima) fondata da George Cuvier, un professore universitario di Parigi, di grandissima fama internazionale, della sua epoca e addirittura odierna, che terminò la sua impostazione scientifica nei primissimi anni del 1800.

Essa compara dettagliatamente tutte le strutture di tutti gli apparati tra i diversi organismi viventi, ad esempio l'apparato digerente, scheletrico, muscolare, nervoso, ecc., proprio perchè solo tramite una comparazione tra più strutture macroscopiche si comprendono esattamente le diverse funzioni oloscientifiche delle strutture stesse che sono sempre inserite in una dinamica strutturale totale (e mai parziale), fino ai minimi dettagli oloscientifici, cui la scienza parzialista (anch'essa accennata prima), come vedremo meglio, mai, potra' nemmeno molto lontanamente, raggiungere.

MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA

All'anatomia comparata, negli ultimi decenni, si è aggiunta, in maniera sempre più preponderante, la scienza, esattamente l'oloscienza, più evoluta e sofisticata che sia mai esistita, molto più evoluta della stessa anatomia comparata: la MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA. [L'oloscienza esamina ovviamente solo la componente più avanzata della morfologia funzionale, l'esomorfologia funzionale, cioè la morfologia funzionale esterna dell'organismo nel suo insieme (olo)].

Questo anche perchè mentre l'anatomia comparata per arrivare ad una conclusione completa qualsiasi deve, per sua stessa natura, obbligatoriamente sezionare ("anatomia" deriva da "anatomè" che vuol dire proprio "sezione"; compreso sezione tecnologica, come radiografia o analoghi) un organismo vivente per studiarlo, e poi comparare le sue strutture, la morfologia funzionale comparata fitozoologica può, molto più semplicemente, studiare qualsiasi organismo vivente addirittura quando esso è ancora perfettamente in vita (proprio nel suo ambiente naturale e senza che lui stesso nemmeno se ne accorga), per poi comparare la morfofunzionalità delle sue strutture con quelle della restante componente fitozoologica del suo ecosistema specie-specifico, potendo giungere, in questo modo, addirittura a concusioni scientifiche molto più precise e dettagliate; morfologia funzionale comparata fitozoologica, infatti, deriva da "morphè" che vuol dire forma, intendendo per essa proprio l'esattissima forma esterna, fino nei minimi dettagli, sia dell'intero organismo, sia di una qualsiasi parte (esterna, nell'esomorfologia) dell'organismo, di un essere vivente, animale o vegetale, e da "functionem", cioè la funzione esatta di un organo (o di un insieme di organi), sia vegetale ("phyton"), sia animale ("zoon"), (quindi fito-zoo-logica), in comparazione morfofunzionale reciproca; essa è, quindi, la scienza che più in assoluto usa perfettamente tutti i principi base dell'oloscienza (descritti nell'introduzione).

Infatti, solo ed esclusivamente comparando le strutture morfofunzionali esattissime di ogni singolo dettaglio fenotipico esterno di qualsiasi specie animale o vegetale tra loro, si può arrivare a risposte scientifiche talmente avanzate da essere addirittura insperate anche per la stessa evolutissima anatomia comparata.

In questo capitolo inizieremo con dei cenni di anatomia comparata di base, per poi giungere fino a cenni di base dei dettagli molto più precisi e sofisticati della morfologia funzionale comparata fitozoologica.
Tutti i DATI che per essere considerati SCIENTIFICI devono passare il VAGLIO TOTALE della VERIFICA SPERIMENTALE SOTTO OGNI PROFILO SCIENTIFICO, anche la sola comparazione anatomica e fisiologica, che, come vedremo, offre già chiarissimamente la DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA di base della STRUTTURA FRUGIVORA (più precisamente STRUTTURA FRUTTIVORA) della specie umana, non è però completa relativamente alla determinazione trofico-strutturale specie-specifica di una specie animale, ma è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE COME MINIMO l'approccio scientifico MULTIDISCIPLINARE TOTALE, vista anche la situazione addirittura EMERGENZIALE mondiale provocata sempre più velocemente proprio da quella PRIMITIVISSIMA dizione "onnivora", a misura che diventa attuata da un numero sempre maggiore di persone sull'intero pianeta

(ricordiamo che per ora è attuata unicamente da meno di 1,3 miliardi di persone, che, come vedremo meglio, proprio per questa causa iniziale riescono da sole a determinare oltre il 92% dell'impatto ambientale mondiale, mentre più di altri 4,8

miliardi di persone in aumento sta letteralmente soffrendo la fame) e visto pure che, con i dati precisissimi attuali, spiegati poi in ecosistemica moderna, sappiamo che se il modello alimentare "onnivoro" fosse attuato da tutti i sette miliardi di persone di questo pianeta occorrerebbero come MINIMO sette-otto pianeti come il nostro per poter sfamare tutti, senza contare nemmeno la crescita ancora esponenziale della popolazione mondiale.

Quindi, anche il metodo della comparazione anatomo-fisiologica, soprattutto nella determinazione trofico-strutturale specie-specifica, può giungere ovviamente a conclusioni SCIENTIFICHE complete solo ed esclusivamente se combinata col parametro scientifico essenziale della MULTIDISCIPLINARIETA' INCROCIATA, e, specialmente negli ultimi decenni, tramite anche gli evolutissimi parametri OLOSCIENTIFICI, che, come abbiamo visto e vedremo meglio, hanno una funzione addirittura DECISIVA nel processo conoscitivo scientifico.

Come abbiamo già visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, la specie umana ha avuto un CROLLO VERTICALE della sua vita media (diventata persino meno di 20 anni), e una contemporanea ESPLOSIONE VERTICALE di tutte le patologie, DOPO la prima glaciazione di 1,8 milioni di anni fa, cioè PROPRIO ESATTAMENTE col passaggio dall'alimentazione specie-specifica FRUTTIVORA precedente a quella provvisoria e MASSACRANTE "onnivora" (in quanto il suo ecosistema fruttifero fu quasi completamente distrutto).

Oggi anche tutte le scienze statistiche COMPARATE dimostrano che la vita media si sta progessivamente RIALZANDO proprio per l'effetto basilare del RIAUMENTO del consumo pro-capite mondiale di FRUTTA, se combinato con la diminuzione parallela soprattutto dei prodotti di origine animale, e che, in ognuna delle 192 nazioni, TUTTI i tassi statistici patologici, relativi assolutamente a TUTTI gli stati patologici, sono in RIDIMINUZIONE in maniera direttamente proporzionale statistica SOLO ed ESCLUSIVAMENTE proprio del verificarsi degli STESSI suddetti trofo-andamenti quantitativi relativi, e soprattutto in maniera persino ESPONENZIALE in corrispondenza proprio dei PICCHI statistici delle due suddette trofo-direzioni relative opposte.

Ma la multidisciplinarietà scientifica relativa alla DETERMINAZIONE TROFO-STRUTTURALE della specie umana, oltre alla scienza paleoantropologica moderna e alla scienza statistica comparata mondiale moderna, deve transitare attraverso il vaglio di MOLTE altre scienze moderne, passando anche per la MESOLOGIA BIOFISICA MODERNA (scienza che studia l'interazione biofisico-molecolare tra specie animale ed ecosistema esterno), che comporta anche una approfondita analisi dei PROCESSI di SPECIAZIONE COMPARATI, in particolare relativamente alla SPECIE UMANA, e quindi soprattutto dei PROCESSI di OMINAZIONE.

Oggi sappiamo, infatti, che la CO-FILO-ANATO-FISIO-GENESI FUNZIONALE, cioè i processi di formazione strutturale anatomica e fisiologica di una specie animale, che sono e possono essere SOLO ed UNICAMENTE di tipo CO-EVOLUTIVO (con la restante componente fito-zoologica dell'ecosistema, soprattutto la componente TROFICA) e basati sul meccanismo CO-FUNZIONALE (determinato da interazioni funzionali reciproche), di qualsiasi specie animale sono tali che SOLO ed ESCLUSIVAMENTE LA FUNZIONE DI MINIMA ENERGIA CREA L'ORGANO, cioè, per semplici questioni di meccanica quantistica, sia l'espressione fenotipica (ANATOMIA e FISIOLOGIA), che la relativa espressione genotipica, viaggiano COSTANTEMENTE ed UNICAMENTE verso una situazione di MINIMA energia, dalla BIOMECCANICA INTERATTIVA fito-zoologica alla FISIO-CHIMICA INTERATTIVA fito-zoologica, e, di conseguenza, tutti questi processi funzionali di

ANATO-GENESI CO-EVOLUTIVA e FISIO-GENESI CO-EVOLUTIVA

applicati ai PRIMATI ANTROPOMORFI, dai loro antenati di oltre 60 milioni di anni fa, fino soprattutto (la tendenza alla minima energia strutturale è sempre più decisa all'AUMENTARE dell'evoluzione) alla SPECIE UMANA relativamente ai

PROCESSI di OMINAZIONE ANATO-GENETICA e FISIO-GENETICA,

portano la CO-EVOLUZIONE TROFICA FITO-ZOOLOGICA antropica alla situazione di MINIMA energia strutturale, costituita proprio esattamente dalla

RELAZIONE INTERSPECIFICA SIMBIOTICA TROFICA TRA IL SISTEMA MATERIALE della SPECIE UMANA ed il SISTEMA MATERIALE CARPICO (frutto) prodotto dalla componente vegetale dell'ecosistema antropico.

Ecco perchè una volta raggiunto gradualmente il CICLO H pluricellulare (a cominciare da 60 milioni di anni fa con la COMPARSA della frutta, come abbiamo visto, CONTEMPORANEA alla COMPARSA dei primati) le modifiche adattative anatomiche e fisiologiche (devianza H) delle specie animali arboricolo-fruttifere MAI possono tornare indietro verso una relazione interspecifica predatoria (carnivorismo, granivorismo, erbivorismo, ed estremamente tanto meno contemporanei), semplicemente perchè in presenza di frutta (o sua assenza minore a molti milioni di anni), e cioè in presenza di RELAZIONE INTERSPECIFICA SIMBIOTICA di MINIMA ENERGIA, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la FUNZIONE TROFICA di MINIMA energia (FRUTTIVORISMO) CREA L'ORGANO, e di conseguenza, TUTTA la STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA PRIMATICA, specialmente man mano che si procede con l'evoluzione. Infatti, l'evoluzione dei PRIMATI a cominciare da oltre 60 milioni di anni fa, ha riportato da configurazioni strutturali anatomo-fisiologiche PRIMITIVE (per devianza H) carnivoro-erbivore, fino gradualmente a configurazioni strutturali biochimicamente

EVOLUTISSIME (anatomo-fisiologia a MINIMA energia trofica) prima FRUGIVORE (frutta e parti tenere di vegetali), e poi sempre più FRUTTIVORE; si ricorda che, tramite la fondamentale scienza della ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA, persino ancora oggi, nel passaggio analitico-trofico dai primati MENO EVOLUTI fino ai primati ANTROPOMORFI si constata una alimentazione A SEMPRE MAGGIORE PERCENTUALE DI FRUTTA MAN MANO CHE SI PROCEDE CON L'EVOLUZIONE fino ad un aumento ADDIRITTURA ESPONENZIALE nei PRIMATI ANTROPOMORFI stessi;

anche all'INTERNO dei primati ANTROPOMORFI medesimi, man mano che ci si avvicina massimamente alla STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA UMANA, come nel caso degli scimpanzè, la percentuale di FRUTTA nell'alimentazione raggiunge quasi il picco MASSIMO cioè oltre il 93% medio annuo, e, proprio nella specie PIU' ANATOMO- FISIOLOGICAMENTE SIMILE ALL'UOMO IN ASSOLUTO, lo scimpanzè-bonobo, la percentuale di FRUTTA nell'alimentazione raggiunge esattamente IL PICCO MASSIMO ASSOLUTO, cioè il 97% medio annuo, ma, PIU' PRECISAMENTE, come vedremo meglio più avanti, anche per TUTTI gli altri primati antropomorfi, IN ABBONDANZA DI FRUTTA (condizione di ecosistema specie -specifico in equilibrio) giungendo proprio del tutto al 100% DI FRUTTA.

Di conseguenza, anche solo l'INCROCIO tra tutti i DATI SCIENTIFICI di ANATOMO-FISIOLOGIA COMPARATA e tutti i DATI SCIENTIFICI di ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA, entrambi applicati alla SPECIE UMANA, DIMOSTRANO SCIENTIFICAMENTE che la STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA della SPECIE-UMANA è PERFETTAMENTE non solo di tipo FRUTTIVORO, ma addirittura dell tipologia PIU' FRUTTIVORA IN ASSOLUTO.

Visto pure che il livello evolutivo ANATOMO-FISIOLOGICO della SPECIE UMANA si trova proprio sulla PERFETTA CONTINUAZIONE della linea evolutiva ANATOMO-FISIOLOGICA corrispondente all' AUMENTO percentuale di FRUTTA nell'alimentazione primatica, anche ciò costituisce la DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA che la SPECIE UMANA ha la STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA PIU' FRUTTIVORA IN ASSOLUTO PERSINO BEN OLTRE PURE TUTTI I PRIMATI ANTROPOMORFI STESSI, quindi ben oltre il 97% medio annuo, indicando nel conseguente PRECISISSIMO GRAFICO ANATOMO-FISIOLOGICO evolutivo, PROPRIO ESATTAMENTE il 100%.

Dunque, anche solo l'INCROCIO tra TUTTI i DATI SCIENTIFICI dell'ANATOMO-FISIOLOGIA COMPARATA e ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA costituisce la lampante DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA che la SPECIE UMANA ha una STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA PERFETTAMENTE FRUTTIVORA

[tecnicamente la SPECIE UMANA risulta la più specializzata IN ASSOLUTO nel CICLO H a MINIMA ENERGIA (fruttivorismo), ma addirittura, come vedremo meglio più avanti e nei prossimi capitoli, nel FRUTTIVORISMO a MINIMA ENERGIA (perfezionamento H, relativo alla struttura carpica MALUM)].

Ma la ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA ha analizzato ancora più a fondo l'argomento, trovando ULTERIORI CONFERME SCIENTIFICHE relativamente al FRUTTIVORISMO della SPECIE UMANA; infatti, persino a livello trofico-biochimico, tra gli innumerevoli parametri usati per stabilire la determinazione trofico-fisio-strutturale di una specie animale ce n'è uno che DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE il FRUTTIVORISMO della SPECIE UMANA in maniera addirittura MATEMATICO-BIOCHIMICA:

la ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA applicata alla DINAMICA QUANTITATIVA PROTEICA nei mammiferi decisa dalla NATURA stessa in fase di pre-svezzamento; come vedremo meglio nel capitolo relativo alla SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA fino ai singoli dettagli numerici, ad ogni categoria zoo-trofica dei mammiferi (come il mammifero uomo) corrisponde un LATTE SPECIE-SPECIFICO che indica perfettamente l'ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO successivo alla fase di lattazione:

così come i CARNIVORI hanno il latte specie-specifico con la percentuale proteica MASSIMA, indicante perfettamente il loro cibo SPECIE-SPECIFICO, la CARNE, e gli ERBIVORI hanno il latte specie-specifico con la percentuale proteica MEDIA, indicante perfettamente il loro cibo SPECIE-SPECIFICO, l'ERBA, così la SPECIE UMANA ha il latte specie-specifico con la percentuale proteica MINIMA, indicante perfettamente il suo cibo SPECIE-SPECIFICO: la FRUTTA.

Ma la NATURA stessa detta DATI SCIENTIFICI ancora più precisi: anche il profilo scientifico della ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA applicata al LATTE SPECIE-SPECIFICO dei mammiferi costituisce l'ENNESIMA PROVA SCIENTIFICA che la SPECIE UMANA è di tipo FRUTTIVORO, e che addirittura è proprio LA SPECIE PIU' FRUTTIVORA IN ASSOLUTO, in quanto il suo LATTE SPECIE-SPECIFICO ha una quantità proteica che si trova proprio PERFETTAMENTE SULLA CONTINUAZIONE verso IL BASSO della linea quantitativa proteica tracciata dal latte specie-specifico degli altri mammiferi carnivori ed erbivori, e addirittura PERFETTAMENTE SULLA CONTINUAZIONE verso IL BASSO della linea quantitativa proteica tracciata dal latte specie-specifico PERSINO DI TUTTI GLI ALTRI PRIMATI ANTROPOMORFI FRUTTIVORI STESSI, DIMOSTRANDO SCIENTIFICAMENTE perfettamente, per l'ennesima volta, che LA SPECIE UMANA E' PROPRIO ESATTAMENTE LA SPECIE PIU' FRUTTIVORA IN ASSOLUTO anche ADDIRITTURA TRA TUTTI I PRIMATI ANTROPOMORFI stessi;

Inoltre, come vedremo meglio sempre in SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA, pur essendo il periodo di LATTAZIONE proprio il periodo della vita a MASSIMO FABBISOGNO PROTEICO IN ASSOLUTO (il peso corporeo raddoppia e triplica in poche settimane e mesi), nel latte della SPECIE UMANA, anche la DINAMICA QUANTITATIVA

PROTEICA interna al periodo di LATTAZIONE decisa dalla NATURA stessa è talmente vicina allo ZERO PROTEICO che essa è compatibile persino NUMERICAMENTE solo ed esclusivamente con un frutto:

MALUM, noto come mela, costituendo ciò una delle INNUMEREVOLI prove scientifiche (insieme a tutte le altre relative alle numerose scienze moderne, che vedremo anche più avanti, nei vari capitoli) che la SPECIE UMANA è proprio la specie PIU' FRUTTIVORA IN ASSOLUTO pure tra tutti i primati antropomorfi stessi, e che, addirittura, anche indicando, la NATURA stessa, il frutto a MINOR quantità proteica in assoluto, la SPECIE UMANA è una specie PERFETTAMENTE MALIVORA.

Dunque, anche solo tramite l'INCROCIO dei DATI SCIENTIFICI tra l'ANATOMO-FISIOLOGIA COMPARATA e la precisissima ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA MODERNA, si giunge alla CONCLUSIONE SCIENTIFICA che la SPECIE UMANA è frugivora, più esattamente FRUTTIVORA, ed in particolare perfettamente MALIVORA.

Ora, si cominciano a capire meglio almeno alcune delle INFINITE MOTIVAZIONI SCIENTIFICHE per cui la RESPONSABILITA' di base a cominciare dall'anatomo-comparato e fisiologo-comparato è MASSIMA, in un pianeta dove ormai anche il solo pronunciare la PRIMITIVISSIMA dizione "onnivoro", soprattutto se riferita alla specie umana, dimostra la più totale INCOMPETENZA SCIENTIFICA (addirittura MULTIDISCIPLINARE) di chi la pronuncia (soprattutto quando in brevissimo tempo si otterranno da tutti i campi scientifici mondiali tutte le nuove adesioni scientifiche e nuovi TRIONFI sperimentali dovuti proprio esattamente a queste informazioni scientifiche di base, a cominciare dal campo SALUTISTICO e TERAPEUTICO, come vedremo meglio nei capitoli relativi, solo chi avrà aiutato e diffuso PER PRIMO la realtà scientifica del frugivorismo, o a rigore scientifico, del FRUTTIVORISMO MALIVORO della specie umana,

cioè proprio precisamente ciò che ha consentito anche TUTTI quei successi scientifici, potrà ovviamente ottenere, specialmente nel settore dell'ANATOMIA COMPARATA e FISIOLOGIA COMPARATA, il MASSIMO PRESTIGIO PROFESSIONALE e la MASSIMA POSSIBILITA' di CARRIERA col conseguente MASSIMO PROFITTO ECONOMICO)

ma anche la più grave IRRESPONSABILITA' INDIVIDUALE, visto che, come vedremo pure meglio nel capitolo relativo alla scienza ecosistemica moderna, proprio esattamente A CAUSA di quella operativamente DEVASTANTE dizione, ben oltre 4,8 MILIARDI in aumento di persone in tutto il mondo stanno SOFFRENDO la fame, di cui ben oltre 1,2 MILIARDI in aumento di persone sta letteralmente MORENDO di fame, di cui ancora solo i bambini sono oltre 40.000 in aumento AL GIORNO [si ricorda di nuovo che se il modello "alimentare" "onnivoro" fosse applicato da tutti e sette i miliardi di persone, non basterebbero SETTE-OTTO pianeti come il nostro per sfamare tutti, oltre a tenere sempre più strapieni gli ospedali di tutto il mondo, con le centinaia di MILIONI di persone che stanno SOFFRENDO e MORENDO fuori e dentro di essi, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla MEDICINA MODERNA, proprio per banalissime TOSSICOSI ASPECIFICHE CRONICO-CUMULATIVE (cioè proprio le cosidette "malattie") che si definiscono ancora PRIMITIVAMENTE "onnivorismo"].

Anche le specie animali apparentemente meno monotrofiche, come vedremo meglio più avanti e nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, ad una osservazione analitica comparata sul campo in NATURA, ma in misura sempre maggiore man mano che l'osservazione è effettuata SOLO ed ESCLUSIVAMENTE nel loro ecosistema SPECIE-SPECIFICO IN EQUILIBRIO, dimostrano un MONOTROFISMO MASSIMO, e addirittura SEMPRE PIU' SPICCATO, come approfondiremo, CON l'AUMENTO del LIVELLO EVOLUTIVO, specialmente man mano che si avanza verso i primati SUPERIORI, e soprattutto nei primati ANTROPOMORFI, col PICCO ASSOLUTO proprio nella SPECIE UMANA.

Infatti, tra le ulteriori INNUMEREVOLI verifiche SCIENTIFICHE generali e sperimentali, sono state eseguite anche numerosissime verifiche sperimentali ISTINTOLOGICHE COMPARATE che confermano perfettamente il MONOTROFISMO (ogni specie animale, in condizione di abbondanza del proprio cibo specie-specifico, e nel loro ecosistema specie-specifico in equilibrio (climax), anche in presenza di assolutamente tutte le altre categorie di cibo, CONSUMANO SOLO il loro cibo naturale SPECIE-SPECIFICO) persino SEMPRE ESTREMAMENTE PIU' SPICCATO man mano che ci si allontana dalla devianza H (carnivorismo, granivorismo, erbivorismo) e ci si avvicina alla situazione di CICLO H (fruttivorismo), con i PICCHI MASSIMI proprio in situazione di PERFEZIONAMENTO H (malivorismo antropico).

Anche il cucciolo della SPECIE UMANA, quando il suo ISTINTO INNATO è ancora PURO, e ancora mai stato letteralmente drogato (come vedremo meglio nei capitoli relativi alla scienza dell' alimentazione moderna e medicina moderna) da cosiddetti "cibi" aspecifici (cioè inadatti alla sua specie), anche messo davanti ad assolutamente tutte le categorie di "cibo", CERCA DISPERATAMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LA FRUTTA (in particolare appetisce perfettamente solo ed esclusivamente la piccola MELA ROSSA, specialmente se ricca anche di fruttosio come la stark) ma addirittura anche insistendo,

RIFIUTA DISPERATAMENTE tutte le verdure,
RIFIUTA DISPERATAMENTE tutti i semi,
RIFIUTA DISPERATAMENTE tutti i derivati del latte,
RIFIUTA DISPERATAMENTE tutti i tipi di miele,
e RIFIUTA ancora più DISPERATAMENTE tutti i tipi di uova, pesce e carne,

persino con comparsa chiarissima di espressione facciale e mimica corporea tipica persino del RIBREZZO PIU' ASSOLUTO nei confronti dei suddetti elementi rifiutati.

Da notare che, in tutte le VERIFICHE SPERIMENTALI effettuate anche nel corso di moltissimi anni dalla nascita, fino spesso alla FASE ADULTA, queste reazioni istintive di RIFIUTO DISPERATO RIMANGONO NEL bambino fino alla fase adulta viene letteralmente FORZATO LA PRIMA VOLTA a consumare i suddetti prodotti inadatti alla sua specie

[esattamente come avviene per qualsiasi sostanza tossica per l'organismo, dal fumo in poi, la quale la PRIMA volta viene rifiutata dall'organismo stesso con reazioni evidenti, ma dalla seconda e terza volta in poi, come per tutte le sostanze TOSSICHE, proprio in quanto creano un picco di squilibrio biochimico che costringe l'organismo ad un eccesso di squilibrio biochimico opposto il quale crea una profonda crisi di astinenza nel soggetto, producono letteralmente FORTE DIPENDENZA, facendo credere talvolta ad un occhio inesperto che il soggetto abbia una necessità "naturale" di un cosiddetto "cibo" aspecifico, mentre in realtà, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla medicina moderna, è stato ormai del tutto accertato scientificamente in innumerevoli modi, anche strumentalmente e clinicamente, che il cosiddetto "cibo" non adatto ad una specie animale crea SEMPRE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE una DANNOSISSIMA DIPENDENZA BIOCHIMICA INDOTTA, esattamente come qualsiasi altra sostanza TOSSICA, creando, infatti, una TOSSICOSI ASPECIFICA (cioè da cosiddetto "cibo" non specie-specifico) che, tramite un'EZIOPATODINAMICA CRONICO-CUMULATIVA, porta da un livello PATO-PRIMARIO, inferiore o superiore, fino ad un livello PATO-SECONDARIO, cronico, sub-acuto o acuto, che del tutto erroneamente ancora definiamo "malattia"].

Tra le INNUMEREVOLI altre CONFERME SCIENTIFICHE generali e sperimentali, relative all'ISTINTOLOGIA COMPARATA applicata al FRUTTIVORISMO della SPECIE UMANA, possiamo ricordare anche le moltissime del tutto involontarie e casuali, come ad esempio quelle relative a NUMEROSISSIMI casi, anche nel corso degli ultimi tre secoli, tra cui alcuni pure risalenti al periodo tra il 1970 e il 2000, con cronache dettagliate su tutti i giornali principali del mondo, di BAMBINI anche molto piccoli casualmente dispersi in varie foreste intertropicali, che, trovati ed ALLEVATI dalle SCIMMIE, una volta ritrovati, chi dopo pochi anni, chi dopo molti anni, chi addurittura in fase di sviluppo ultimato e ormai adulto, a parte la anche estrema diversità delle circostanze, avevano assolutamente TUTTI UNA SOLA CARATTERISTICA IN COMUNE: dopo il ritrovamento, sia che siano stati portati in ospedale per i doverosi accertamenti clinici e di appartenenza genitoriale, sia che siano stati ritrovati da passanti, amici, parenti o genitori stessi, sono risultati stupendamente in OTTIMA SALUTE, ma soprattutto la frase testuale che si leggeva costantemente col MASSIMO STUPORE di tutti, ripetuta QUASI DISPERATAMENTE dagli inconsapevoli infermieri degli ospedali, fino agli inconsapevoli genitori, era che, con ritrovamento dalla più tenera età fino alla fase adulta, testualmente:

"RIFIUTANO ASSOLUTAMENTE QUALSIASI COSA CHE SIA DIVERSO DALLA FRUTTA",

nonostante i RIPETUTISSIMI tentativi degli infermieri e dei genitori che erano preoccupatissimi che gli mancasse qualcosa.

Ma ciò che ha stupito di più gli SCIENZIATI, consapevoli della STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA PERFETTAMENTE FRUTTIVORA della SPECIE UMANA, è stato il fatto che questa frase è stata pronunciata nel caso che il cucciolo della specie umana sia stato trovato tra scimmie antropomorfe fruttivore, ma addirittura anche se era stato allevato da scimmie più primitive inferiori non antropomorfe e quindi ancora parzialmente carnivore, DIMOSTRANDO ulteriolmente, per l'ennesima volta, che se il cucciolo della SPECIE UMANA si trova in una situazione di abbondanza di frutta come le foreste intertropicali fruttifere, invece di venir forzato (almeno la PRIMA volta) ad ingurgitare altri cosiddetti "cibi" aspecifici (cioè inadatti alla sua specie) come purtroppo ancora troppo spesso avviene in questa società (soprattutto dal proprio genitore umano) egli usando solo ed esclusivamente il suo ISTINTO geneticamente INNATO, in abbondanza di FRUTTA, EVITA TUTTO IL RESTO.

Tuttavia, le CENTINAIA di SCIENZIATI predetti nell'introduzione del testo, hanno voluto effettuare ULTERIORI NUMEROSISSIME ALTRE VERIFICHE SPERIMENTALI, in quanto, come è noto in ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA, SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA e MEDICINA MODERNA, l'UNICO PARAMETRO SCIENTIFICO assolutamente SICURISSIMO e DEL TUTTO DECISIVO per stabilire l'alimentazione SPECIE-SPECIFICA di una specie animale è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la SALUTE PERFETTA.

Di conseguenza, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA, il DATO SCIENTIFICO MODERNO della struttura ANATOMO-FISIOLOGICA perfettamente FRUTTO-MALIVORA della SPECIE UMANA, confermato dall'anatomia comparata alla morfologia funzionale comparata fitozoologica, e dalla fisiologia comparata fino alla fisiologia umana submolecolare, relativamente anche all'apparato enzimatico digerente e generale, dalla fase del primo sviluppo fino alla fase adulta e anziana, è stato per l'ennesima volta ULTERIOLMENTE VERIFICATO SPERIMENTALMENTE proprio dal settore stesso della scienza dell'alimentazione moderna, constatando anche strumentalmente innumerevoli volte che la SALUTE dell'individuo della specie umana migliora solo leggermente man mano che si avanza nel passaggio dal modello "alimentare" "onnivoro" (anche MDA), al modello "alimentare" vegetariano (anche MDA), al modello "alimentare" vegan (anche MDA), al modello "alimentare" vegan-crudista (anche MDA), ma MIGLIORA ENORMEMENTE quando si avanza ulteriolmente con la conduzione del modello "alimentare" FRUTTIVORO (dalla fase F1 alla fase F3), e addirittura, con l'avanzamento ancora successivo, si rilevano i PRIMI parametri salutistici

(che analizzeremo nei numerosi paragrafi relativi) compatibili con la parola PERFEZIONE, visto anche la loro improvvisa e potentissima CONTEMPORANEITA', cioè SOLO ed ESCLUSIVAMENTE a cominciare dal sistema alimentare MALIVORO (dal livello M1 in poi), in cui finalmente si può parlare di SALUTE PERFETTA, con TUTTI i parametri salutistici ASSOLUTAMENTE PERFETTI, che si riperdono immediatamente e sempre di più se si torna indietro, anche di poco, nella suddetta sequenza di modelli "alimentari", costituendo ciò, pure con i dovuti parametri scientifici della VERIFICA SPERIMENTALE relativi alla OSSERVABILITA' e RIPRODUCIBILITA' del fenomeno osservato, la DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA COMPLETA che la SPECIE UMANA è una specie PERFETTAMENTE MALIVORA.

Ma gli SCIENZIATI, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla MEDICINA MODERNA, hanno voluto INNUMEREVOLI verifiche sperimentali anche della CONTROPROVA SCIENTIFICA del FRUTTO-MALIVORISMO della SPECIE UMANA, e cioè del RIPRISTINO ASSOLUTO del parametro SCIENTIFICAMENTE DIMOSTRATIVO DECISIVO, la SALUTE, anche qualora essa si sia completamente perduta.

Quindi, tramite la MEDICINA MODERNA, partendo dalla scienza PATOLOGIA MODERNA, che proprio attraverso la postdetta EZIOPATOGENETICA MODERNA ha chiarito completamente il MECCANISMO FISIOPATOLOGICO dell'innesco dello stato patologico, che si è rilevato scientificamente essere SEMPRE derivante dall'assunzione dei cosiddetti "cibi" aspecifici, cioè dalla conseguente

TOSSICOSI ASPECIFICA INCREMENTALE a SVILUPPO CRONICO-CUMULATIVO,

fino, come accennato, ai livelli PATO-PRIMARI e PATO-SECONDARI anche acuti, si è giunti finalmente alla EVOLUTISSIMA TERAPEUTICA MODERNA, che, attraverso la TERAPIA NATURALE SPECIE-SPECIFICA, col meccanismo della DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, basata proprio sul RIENTRO graduale dell'individuo della specie umana entro i parametri naturali della sua alimentazione SPECIE-SPECIFICA, passando pure per tutte le predette FASI intermedie MDA, fino alle fasi da F1a F3, e, nei casi più gravi, anche fino alla POTENTISSIMA fase M1 e oltre, ha CONSOLIDATO TOTALMENTE la già COMPLETA DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA della MASSIMA POTENZA SALUTISTICA del FRUTTO-MALIVORISMO della SPECIE UMANA, e addirittura della MASSIMA POTENZA TERAPEUTICA del FRUTTO-MALIVORISMO della SPECIE UMANA, portando PERFETTAMENTE a GUARIGIONI TOTALI inizialmente considerate persino incredibili proprio dagli stessi medici professionisti che stavano analizzando strumentalmente i pazienti sotto i loro occhi, come vedremo meglio, proprio partendo dalle cosiddette "malattie" (in realtà sono SOLO TOSSICOSI ASPECIFICHE CRONICO-CUMULATIVE) considerate PIU' GRAVI IN ASSOLUTO al mondo, a cominciare dal CANCRO, all'AIDS, passando per l'ARTRITE REUMATOIDE, l'IPERTENSIONE CRONICA e ACUTA, ecc. fino al più banale raffreddore, con le GUARIGIONI PIU' TOTALI mai ottenute(ovviamente senza nè i primitivi cosiddetti "farmaci" o "chirurgia") negli stati patologici relativi, ma addirittura con una tempistica di una VELOCITA' SORPRENDENTE che va da poche settimane a pochi mesi.

Ora si può comprendere ancora meglio il motivo della predetta MASSIMA RESPONSABILITA' di base che ha sia il professore universitario di ANATOMIA COMPARATA che il professore universitario di FISIOLOGIA COMPARATA e materie analoghe, i quali solo inserendo URGENTEMENTE il presente testo scientifico nel loro corso di studi e programma d'esame, e aiutando e DIFFONDENDO i presenti concetti scientifici relativi al frugivorismo, o a rigore scientifico, al FRUTTIVORISMO MALIVORO della SPECIE UMANA, possono agevolare l'azione ADDIRITTURA EMERGENZIALE dei GOVERNI di TUTTO il MONDO per una SVOLTA DECISIVA nella MODIFICA RISOLUTIVA dell'attuale del tutto INSOSTENIBILE modello di "sviluppo", basato, come vedremo meglio, sul presente PLANETARIAMENTE TOTALMENTE DISASTROSO sistema di produzione "alimentare" INADATTO ALLA NOSTRA SPECIE, che letteralmente CAUSA in modo diretto la CRISI ALIMENTARE (oltre che TERAPEUTICA) MONDIALE, e in modo indiretto, come vedremo in ecosistemica, anche le PORTANTI CRISI URBANISTICA ed ENERGETICA MONDIALI, TUTTE determinanti proprio in questo momento SOFFERENZA e MORTE di CENTINAIA di MILIONI di persone IN AUMENTO in tutto il mondo, oltre a mettere sempre più in pericolo la sopravvivenza stessa della SPECIE UMANA su questo pianeta, anche con la DEVASTAZIONE IN AUMENTO ESPONENZIALE dell'impatto sull'equilibrio ecosistemico MONDIALE.

ANATOMIA COMPARATA applicata ai sistemi digerenti, relativamente alla SPECIE UMANA

Comparando anatomicamente la struttura del sistema digerente della SPECIE UMANA con quella di tutte le altre specie animali (specialmente con quella degli altri mammiferi, categoria tassonomica a cui appartiene anche l'uomo), con la massima precisione e fino ai minimi dettagli anatomici, si riscontra immediatamente, in modo asolutamente chiaro e netto, che la struttura digerente della SPECIE UMANA è quella del tutto TIPICA delle specie animali (appartenenti proprio ai mammiferi) assolutamente FRUTTIVORE.

Quindi, più esattamente, all'interno dei mammiferi, mentre **LA STRUTTURA DEL SISTEMA DIGERENTE DELLA SPECIE UMANA E' DEL TUTTO TIPICA DI QUELLA DEGLI ANIMALI FRUTTIVORI**

fino all'ultimo dettaglio anatomico [ad esempio i primati antropomorfi (gorilla, scimpanzè, orango e gibbone) che, come vedremo meglio più avanti, in abbondanza di frutta, mai toccano assolutamente altro], è, invece, allo stesso tempo, del tutto diversa ma addirittura OPPOSTA, sempre fino all'ultimo dettaglio anatomico, da quella degli animali presunti

"onnivori", da quella degli animali carnivori e da quella degli animali erbivori (oltre che, come vedremo meglio anche nel capitolo relativo alla fisiologia comparata, da quella degli animali semivori, e, al di fuori dei mammiferi, da quella degli animali granivori).

Precisazione di trofo-etologia comparata: I PRIMATI ANTROPOMORFI (specialmente il bonobo, il primate più simile alla specie umana) SONO PERFETTAMENTE FRUTTIVORI

L'ipotesi che i primati antropomorfi potessero aggiungere volontariamente nella loro dieta qualcosa di diverso da frutta è ormai completamente inesistente da decenni, in quanto dopo anche numerosissimi lunghi e faticosi studi di primatologi ed etologi anche nelle foreste, si è chiarissimamente riscontrato che ciò poteva avvenire solo ed esclusivamente in maniera del tutto innaturale, a causa prevalentemente antropica di distruzione delle foreste, bracconaggio, o di effetti indiretti di ciò, da ecosistemici ad addirittura climatici (fino allo spostamento costretto dei primati stessi), che portavano alla diminuzione drastica di frutta intorno a loro, o, peggio, del loro frutto specie specifico.

Anche con sorpresa dei ricercatori stessi, si è riscontrato, invece, che, in condizioni di nicchia ecologica perfettamente intatta e adatta alla loro specie, e quindi anche IN PRESENZA ABBONDANTE DI FRUTTA (cioè in condizione NATURALE, come vedremo meglio più avanti)

I PRIMATI ANTROPOMORFI MANIGANO SOLO ESSA, ma addirittura vivono anche per molti mesi consecutivi sullo stesso gigantesco albero intertropicale, nutrendosi, di conseguenza, persino solo ed esclusivamente del suo tipo particolare di FRUTTO, quindi NUTRENDOSI DI UN SOLO TIPO DI FRUTTA, proprio la tipologia di fenomeno assolutamente NORMALE in natura, noto come MONOTROFISMO (che vale per tutte le specie animali e che vedremo meglio più avanti), cioè, in ambito fruttivoro, del frutto per loro SPECIE-SPECIFICO, e si allontanano da quell'albero solo ed esclusivamente quando diventa carente di frutta, subito spostandosi su un altro albero della stessa specie ricco di frutta, dando il tempo al precedente di ricaricarsi di frutta stessa.

Infatti, bisogna tenere sempre presente che NELLA FASCIA INTERTROPICALE, GLI ALBERI FRUTTIFERI FRUTTIFICANO ADDIRITTURA ANCHE IN CONTINUAZIONE, con poche leggerissime oscillazioni durante l'intero anno [nella fascia intertropicale l'inverno e' assente(e quindi è inesistente la cessazione forzata di produzione di frutta per molte specie fruttifere) ma addirittura è sempre eternamente estate].

[A rigore scientifico si deve aggiungere che, in natura, anche in condizioni estreme di carenza del loro cibo specie-specifico, mentre carnivori, granivori ed erbivori (e analoghi) possono arrivare a variazioni della loro dieta anche di oltre il 30% (proprio perchè si trovano biochimicamente in varianza H), del tutto al contrario, i PRIMATI FRUTTIVORI (appunto MAI in varianza H), ed in particolare il primate fruttivoro più vicino alla specie umana, il bonobo, anche in (antropicamente indotta, cioè, ad esempio, per la massiccia distruzione delle foreste per opera dell'uomo) carenza estrema di frutta, e quindi solo perchè assolutamente costretti a mangiare anche poco altro, evitano sostanze di origine animale e, al limite, in una quantità assolutamente mai superiore mediamente allo 0,4% in peso annuo (eventuali insetti ed analoghi hanno un peso quasi nullo, ed eventuale rarissima e forzatissima caccia di un piccolissimo mammifero, mancando hai fruttivori le strutture ad essa idonea dei carnivori, devono essere fatte faticosissimamente in branco numeroso e, di conseguenza, la quantità di sostanza animale per individuo è sempre assolutamente quasi nulla), ed, al tempo stesso, al massimo una quantità di vegetali diversi da frutta mediamente assolutamente mai superiore al 4,3%, rimanendo quindi SEMPRE una quantità in peso annuo di frutta, anche nelle suddette condizioni estreme e artificiali di carenza di frutta, assolutamente almeno uguale o, come quasi sempre, MOLTO SUPERIORE al 95,3%; dunque, si può scientificamente dire che I fruttivori sono addirittura estremamente più fisiologicamente fruttivori di quanto i carnivori siano fisiologicamente carnivori, i granivori fisiologicamente granivori e gli erbivori fisiologicamente erbivori (era anche scientificamente ovvio, proprio perchè, come abbiamo visto, la varianza H può accettare, sempre per il principio fisico della minima energia, variazioni verso il ciclo H ma assolutamente MAI variazioni, senza forzate e omogeneamente continue, in direzione opposta); in conclusione, come predetto, il parametro trofico fondamentale, soprattutto riguardo i PRIMATI ANTROPOMORFI, rimane assolutamente sempre che IN ABBONDANZA DI FRUTTA (cioè in condizioni cosistemiche specie-specifiche di equilibrio) MANGIANO SOLO ESSA].

Dunque, oltre alle chiarissime evidenze di fatto, visto anche proprio che la co-evoluzione fitozoologica porta sempre assolutamente e totalmente al ciclo H, a rigore scientifico,

I PRIMATI ANTROPOMORFI SONO PERFETTAMENTE FRUTTIVORI.

Altra precisazione di TROFO-ETOLOGIA COMPARATA: sono INESISTENTI animali (nè tanto meno strutture) onnivori

Ad una analisi più precisa, di presunti "onnivori" (dopo la chiarissima esclusione di animali tipo l'orso o la volpe, che in realtà sono carnivori, e addirittura con strutture anatomiche e fisiologiche assolutamente tipiche dei carnivori, dalla dentatura secodonte in poi) era rimasta solo l'ipotesi dei suidi, come ad esempio cinghiale e maiale, che in realtà, dopo moltissimi studi più approfonditi, si è chiarissimamente riscontrato che, invece, sono esattamente RADIVORI, una tipologia

di erbivori (piante erbacee) in quanto, nel loro ecosistema SPECIE-SPECIFICO, si nutrono solo ed esclusivamente di RADICI di piante erbacee di alcune particolari specie presenti relativamente alla loro nicchia ecologica, in abbondanza delle quali, infatti, MANGIANO SOLO ESSE.

Addirittura anche la zoologia generale ha confermato, ormai da molti decenni, che gli "onnivori" in natura SONO INESISTENTI, in quanto ogni specie animale, in natura, in abbondanza del suo UNICO cibo specie-specifico, mai tocca altro, ma che persino OGNI STRUTTURA DI SISTEMA DIGERENTE E' DEL TUTTO PERFETTAMENTE SPECIALIZZATA, sia anatomicamente che fisiologicamente, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER UN TIPO PARTICOLARISSIMO DI CIBO (più avanti vedremo, infatti, che il fenomeno naturale del MONOTROFISMO è presente in tutte le specie animali; tutte le specie animali sono, cioè, MONOTROFICHE).

Comparazione anatomica ENTERICA (intestinale) tra la SPECIE UMANA e gli altri mammiferi Ad esempio, comparando gli intestini si riscontra che, mediamente, gli animali CARNIVORI presentano un INTESTINO di una lunghezza pari a 3 VOLTE la lunghezza del loro tronco (è cortissimo perchè la carne deve uscire velocemente PRIMA che va in PUTREFAZIONE), gli animali ERBIVORI presentano un INTESTINO di una lunghezza pari addirittura a 24 VOLTE la lunghezza del loro tronco (la digestione iniziale e degradazione di molecole complesse come la CELLULOSA richiede anche una superficie e lunghezza enterica ESTREMAMENTE ACCENTUATA), e gli animali FRUTTIVORI presentano un INTESTINO di una lunghezza intermedia, pari a 13 VOLTE la lunghezza del loro tronco (la frutta, per la MINIMA quantità proteica, nè va' in putrefazione nè contiene alte percentuali di cellulosa, che nel fruttivoro serve SOLO come fibra INDIGERITA principalmente peristaltica).

Ora,

LA SPECIE UMANA PRESENTA UN INTESTINO DI UNA LUNGHEZZA PARI ESATTAMENTE PROPRIO A 13 VOLTE LA LUNGHEZZA DEL SUO TRONCO, PERFETTAMENTE COME L'INTESTINO DEGLI ANIMALI FRUTTIVORI.

Quindi, ANCHE A LIVELLO ENTERICO, LA SPECIE UMANA HA UNA STRUTTURA PERFETTAMENTE FRUTTIVORA.

Comparazione anatomica della DENTATURA tra la SPECIE UMANA e gli altri mammiferi Facciamo un altro esempio di ANATOMIA COMPARATA applicata al sistema digerente dei mammiferi: la comparazione anatomica delle DENTATURE.

Gli animali presunti "ONNIVORI" presentano una DENTATURA BRACHIODONTE(da "brachius"=braccio, cioè con le cuspidi generali e delle corone dentarie molto allungate a sembrare proprio addirittura delle braccia che si allungano verso l'alto, la cui funzionalità anatomica è perfetta proprio per entrare e spaccare la struttura spesso durissima e coriacea delle radici);

gli animali CARNIVORI presentano, invece, una DENTATURA SECODONTE (da "seco"= sega, cioè con le cuspidi generali e delle corone dentarie a forma proprio di "sega", la cui funzionalità anatomica è perfetta proprio per lacerare le carni delle loro prede e, addirittura, anche per sgretolare l'intera struttura, esterna e interna, delle loro ossa, fonte principale, per i carnivori, di tutti i sali minerali di cui hanno bisogno);

gli animali ERBIVORI presentano, molto diversamente, una DENTATURA SELENODONTE (o analoghi), (da "selenia"=luna, cioè con le cuspidi generali e delle corone dentarie a forma di spicchio di luna, orientate in modo orizzontale e, nei premolari e molari, disposte in ordine sequenziale, tale da formare una specie di "raspa" naturale, la cui funzionalità anatomica è perfetta proprio per una macerazione meccanica delle massicce fibre cellulosiche delle piante erbacee); infine, gli animali FRUTTIVORI presentano, con una impostazione strutturale addirittura completamente OPPOSTA a tutte le altre, una DENTATURA BUNODONTE (da "bunos"= collina, cioè con le cuspidi generali e delle corone dentarie a forma proprio di piccola collina, cioè molto arrotondate e basse, la cui funzionalità anatomica è assolutamente perfetta proprio per scindere la struttura della frutta polposa dolce).

Ora, LA SPECIE UMANA PRESENTA UNA DENTATURA PERFETTAMENTE BUNODONTE, ESATTAMENTE COME LA DENTATURA DEGLI ANIMALI FRUTTIVORI. Quindi, ANCHE A LIVELLO ODONTOLOGICO, LA SPECIE UMANA HA UNA STRUTTURA PERFETTAMENTE FRUTTIVORA.

Precisazione sulla comparazione anatomica della DENTATURA della SPECIE UMANA con quella dei presunti "onnivori"

E' inoltre fondamentale notare che LA DENTATURA BUNODONTE FRUTTIVORA DELLA SPECIE UMANA RISCONTRA LA DIFFERENZA STRUTTURALE MAGGIORE IN ASSOLUTO PROPRIO RISPETTO ALLA TIPOLOGIA DI DENTATURA (BRACHIODONTE) DEI PRESUNTI "ONNIVORI",

in quanto i raggi di curvatura delle cuspidi delle corone dentarie di quest'ultima sono QUASI NULLI, contrariamente ai raggi di curvatura delle cuspidi delle corone dentarie bunodonti, che sono appunto, TOTALMENTE ALL'OPPOSTO, I PIU'

GRANDI IN ASSOLUTO in natura, ma addirittura la struttura laterale delle singole cuspidi brachiodonti è enormemente allungata e con profili adiacenti paralleli, mentre, PROPRIO DEL TUTTO AL CONTRARIO, la struttura laterale delle singole cuspidi bunodonti è completamente schiacciata sulla corona dentaria e con i profili adiacenti che sono, appunto all'esatto opposto, persino perpendicolari.

La questione dei cosiddetti "canini" della specie umana: la presunta associazione "canino-carne" è del tutto sbagliata, e addirittura del tutto INESISTENTE nella scienza dell'anatomia comparata; ad esempio,

ANCHE LA MAGGIOR PARTE DEGLI ERBIVORI HA I CANINI, ANCHE TUTTI I FRUTTIVORI HANNO I CANINI

Il primo dato scientifico di anatomia comparata, ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE, che bisogna subito sapere perfettamente sull'argomento dei canini, è il seguente:

ANCHE LA MAGGIOR PARTE DEGLI ERBIVORI HA I CANINI.
IL CAMMELLO MANGIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ERBA: HA I CANINI;
L'IPPOPOTAMO MANGIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ERBA: HA I CANINI;

ECC.

(e, tra l'altro, i canini degli erbivori sono tutti molto grandi, molto più grandi di quelli dei fruttivori e quindi anche dei nostri, ad esempio quelli dell'ippopotamo sono giganteschi, molto più grandi addirittura di quelli degli stessi carnivori, superano persino il mezzo metro).

Ma il dato scientifico ancora più determinante per la SPECIE UMANA è il seguente:

ANCHE TUTTI I PRIMATI FRUTTIVORI HANNO I CANINI.

Ad esempio, in natura:

LO SCIMPANZE' (in abbondanza di frutta) MANGIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTA: HA I CANINI;
L'ORANGO (in abbondanza di frutta) MANGIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTA: HA I CANINI;
IL GIBBONE (in abbondanza di frutta) MANGIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTA: HA I CANINI;
IL GORILLA (in abbondanza di frutta) MANGIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTA: HA I CANINI;
ECC. (e, tra l'altro, i canini dei fruttivori sono tutti addirittura PIU' GRANDI dei nostri).

Quindi, ANCHE ERBIVORI E FRUTTIVORI HANNO I CANINI.

E' perfettamente sufficiente solo questo dato di fatto a dimostrare che la presunta associazione "canino-carne" è del tutto sbagliata.

Addirittura la scienza dell'anatomia comparata moderna evita di chiamarli col termine anatomicamente del tutto inesatto di "canini", (gergo antico del tutto erroneo e capace anche di generare enormi confusioni), in quanto hanno assolutamente nessuna relazione anatomica specifica con quelli del cane, che, come vedremo meglio, sono invece, nel modo del tutto OPPOSTO, particolarissime ZANNE (SECODONTI) di carnivoro (la cui struttura analizzeremo poco più avanti), ma li definisce con l'unico termine generale anatomicamente esatto di DENTI MONOCUSPIDALI (ciòè con un'unica cuspide).

Ciò per distinguerli dai denti acuspidali (incisivi, centrali e laterali), e dai denti pluricuspidali (premolari e molari) (la cuspide è il rilievo superficiale della corona dentaria).

In ogni specie animale (come vedremo meglio più avanti) i denti monocuspidali (i cosiddetti "canini") HANNO UNA STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA E FUNZIONE TROFICA (ALIMENTARE) ADDIRITTURA ANCHE TOTALMENTE DIVERSE, proprio a seconda della struttura anche totalmente diversa del rispettivo CIBO SPECIE-SPECIFICO [dalla struttura durissima di alcuni frutti (per i fruttivori), alla struttura totalmente coriacea, massiccia e persino a fortissima resistenza meccanica (sia di penetrazione che trazione) dei fasci di moltissime piante erbacee (per gli erbivori), alla struttura dei diversi tessuti carnei ed ossei (per i carnivori)].

Addirittura, la STRUTTURA anatomica dei nostri denti monocuspidali (i cosiddetti "canini") costituisce una prova scientifica che siamo nè carnivori, nè granivori, nè erbivori, ma costituisce persino una delle innumerevoli PROVE SCIENTIFICHE CHE SIAMO PERFETTAMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTIVORI

Altro dato scientifico fondamentale di anatomia comparata è che, ovviamente, anche i nostri denti monocuspidali ("canini") sono BUNODONTI (cioè con il raggio di curvatura monocuspidale molto grande, vale a dire con il terminale della monocuspide molto arrotondato) esattamente come quelli degli animali FRUTTIVORI; i nostri denti monocuspidali ("canini")(bunodonti), quindi, hanno una struttura del tutto assolutamente opposta a quella dei denti monocuspidali ("canini")(secodonti) degli animali carnivori, il cui termine anatomicamente esatto è, invece, zanne (cioè denti

monocuspidali secodonti), le quali, infatti, in maniera del tutto contraria, essendo secodonti, hanno, ad esempio, il raggio di curvatura monocuspidale addirittura assolutamente nullo, in quanto il terminale della monocuspide deve formare proprio una struttura a spigolo del tutto tagliente per potersi infilare immediatamente nelle carni delle loro prede [per un'osservazione diretta, basta osservare le zanne del gatto, che essendo, invece, un carnivoro, ha una dentatura proprio secodonte, quindi anche molto tagliente, a tal punto che se solo tocchiamo con un dito la punta di una sua zanna, ce lo buchiamo, cosa mai succede se anche spingiamo, addirittura con forza, un dito sulla punta di un nostro dente monocuspidale ("canino"), che, essendo bunodonto, ha appunto un terminale monocuspidale molto più arrotondato, e quindi mai puo' assolutamente tagliare una carne animale, ma persino nemmeno la sottilissima pelle di un nostro migliolo].

In termini più sintetici, LA SPECIE UMANA HA I "CANINI" BUNODONTI, esattamente come quelli dei FRUTTIVORI (e non secodonti, come quelli dei carnivori).

Quindi, addirittura, proprio esattamente LA STRUTTURA ANATOMICA DEI NOSTRI "CANINI" E' UNA DELLE INNUMEREVOLI PROVE SCIENTIFICHE CHE NON SIAMO CARNIVORI, MA E' PERSINO UNA PROVA SCIENTIFICA CHE SIAMO PERFETTAMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTIVORI.

I nostri denti monocuspidali ("canini") sono poi completamente diversi anche dai denti monocuspidali ("canini") degli erbivori, che sono tipici di una struttura completamente selenodonte (sopra descritta). Addirittura, tra le ZANNE (SECODONTI), tipiche degli animali CARNIVORI, e i nostri DENTI MONOCUSPIDALI BUNODONTI, tipici degli animali FRUTTIVORI, ci sono MOLTISSIMI altri parametri di differenza, persino diametralmente OPPOSTA, uno dei quali è proprio il dimensionamento strutturale rispetto agli altri denti: nella dentatura secodonte dei carnivori, le zanne secodonti hanno una lunghezza, mediamente, addirittura oltre 15- 20 volte superiore a quella degli incisivi [questi ultimi, al contrario, sono cortissimi, quasi nulli, (basta osservare sempre il frontale dentale del carnivoro gatto) proprio per consentire alle zanne (al loro fianco) di infilarsi del tutto nella preda, per evitare la cosa troficamente peggiore che può succededere ad un carnivoro, e cioè che la preda, con tutta la forza della sua disperazione, divincolandosi anche con movimento a scatti, possa liberarsi dalla sua presa mortale];

COSA DEL TUTTO OPPOSTA, avviene proprio nella dentatura bunodonte della SPECIE UMANA, nella quale I denti monocuspidali bunodonti (i nostri cosiddetti "canini"), invece, SONO COMPLETAMENTE E PERFETTAMENTE LIVELLATI CON GLI INCISIVI, cioè ASSOLUTAMENTE MAI SPORGONO rispetto agli incisivi (e persino rispetto a qualsiasi altro dente) [quindi la loro funzionalità anatomica è (come vedremo meglio più avanti), al contrario, perfetta per un frutto che, invece, proprio in maniera del tutto opposta, e' impossibile assolutamente scappare, nemmeno può minimamente muoversi (vedremo anche a quale tipo specifico di struttura carpica è morfofunzionalmente adatto)].

Comparazione anatomo-fisiologica della STRUTTURA OCULARE di base delle varie categorie zootrofiche Anche la struttura anatomo-fisiologica oculare, dimostra che la SPECIE UMANA è chiarissimamente FRUTTIVORA:

- i CARNIVORI hanno la MASSIMA focalizzazione DINAMICA (per inseguire molto meglio una preda in fuga, e inoltre fanno fatica a focalizzare un oggetto fermo, come un frutto; ecco anche il motivo per cui davanti ad un carnivoro mai scappare, ma rimanere il più possibile immobili, come fanno anche i masai africani davanti ad un leone per salvarsi la vita);

- ERBIVORI, GRANIVORI e SEMIVORI hanno una focalizzazione prevalentemente DINAMICA (per distinguere molto meglio un carnivoro in loro veloce inseguimento, o cose mosse dal vento come fasci d'erba, graminacee, ecc., che costituiscono il loro cibo specie-specifico);

- DEL TUTTO AL CONTRARIO, i primati FRUTTIVORI (antropomorfi, compreso la SPECIE UMANA) hanno la MASSIMA focalizzazione STATICA (cioè focalizzano molto meglio un oggetto fermo o quasi fermo, come un frutto appeso ad un ramo di un grande albero intertropicale).

La specie umana è un tipo particolare di primate, ovvero L'UOMO E' UN TIPO PARTICOLARE DI SCIMMIA Qualsiasi lezione universitaria di ANATOMIA COMPARATA, in tutte le università dell'intero pianeta, riferendosi alla specie umana, normalmente inizia proprio con queste parole:

"LA SPECIE UMANA E' UN TIPO PARTICOLARE DI PRIMATE" ovvero "L'UOMO E' UN TIPO PARTICOLARE DI SCIMMIA".

D'altronde lo abbiamo già visto nel capitolo precedente, relativo alla paleoantropologia: i primati nascono circa 60 milioni di anni fa, e si sono modificati in continuazione; la specie umana e' una delle tante particolari tipologie strutturali che i primati hanno assunto in questi 60 milioni di anni; la nostra tipologia strutturale, come abbiamo visto, risale a circa 7 milioni di anni fa.

Addirittura, un dato di fatto assolutamente fondamentale, che l'anatomia comparata ha riscontrato, dopo una approfonditissima analisi comparativa di tutte le caratteristiche anatomiche tra la specie umana e tutti gli altri primati

antropomorfi, è esattamente che: esistono MOLTE MENO differenze anatomiche tra la specie umana e le altre scimmie antropomorfe, che persino tra le scimmie antropomorfe stesse tra di loro.
In termini più semplici, a livello anatomico comparato, siamo addirittura MOLTO PIU' SCIMMIE NOI CHE LORO.

Questo dato di fatto scientifico, ci conferma ulteriolmente una cosa: non esistono "l'uomo e gli animali", ma esistono "L'UOMO E GLI ALTRI ANIMALI"; (d'altronde che l'uomo è una specie animale è assolutamente banalissimo in quanto nè siamo vegetali, nè minerali).

Tutto ciò ci insegna anche un'altra cosa: così come qualsiasi altra specie animale può vivere felice solo ed esclusivamente nella sua nicchia ecologica (un pesce nel mare, un'orso polare nel circolo polare artico, un pinguino al polo sud, un dromedario nel deserto, ecc.), anche la specie umana può vivere felice solo ed esclusivamente nella sua nicchia ecologica, cioè la nicchia ecologica adatta alla specie umana.

Ora, la nicchia ecologica di qualsiasi primate antropomorfo è sempre all'interno della fascia intertropicale, ed infatti la specie umana è nata proprio nella zona addirittura equatoriale (dell'Africa orientale), come abbiamo visto, ad una altitudine di circa 800 metri.

In quell'area geografica, la Rift Valley, è presente ancora oggi una condizione ecosistemica ideale per la specie umana, anche se vi è un numero di meleti molto inferiore; la temperatura è piacevolissima e di tipo primaverile caldo, persino tutto l'anno, ed anche di notte c'e solo un minimo fresco sempre piacevolissimo, che migliorerebbe addirittura se si ripiantassero numerosi meleti, in tutta l'area, vista l'enorme incidenza della vegetazione sui microclimi.

In quel clima l'uomo può vivere senza vestiti, TUTTO l'anno, visto che SONO ASSENTI le stagioni fredde. Uscendo fuori da quell'area, siamo diventati l'unica specie animale costretta a vestirsi, proprio perchè fuori dal nostro clima specie-specifico.

La zona più esatta è la cosiddetta zona dei laghi, circa dove l'equatore interseca la Rift Valley. In quella zona, ancora oggi, le persone che nascono e crescono lì da generazioni hanno i lineamenti facciali considerati tra i più belli ed armoniosi dell'intero pianeta.

Quella zona contiene la nicchia ecologica della specie umana, conosciuta anche come ECOSISTEMA ANTROPICO (ovviamente oggi è fuori equilibrio, in quanto è stata antropizzata in modo erroneo, ad esempio, sia non essendo stata riportata alla sua struttura di base di frutteto, ed in particolare meleto, sia avendoci costruito sopra strutture artificiali) .

Ora, se la popolazione del pianeta ritornasse ad essere al massimo intorno al miliardo di persone (oggi abbiamo superato addirittura i 7 miliardi), potremmo tutti riavanzare ecosistemicamente e, come specie umana, vivere almeno tutti all'interno della stupenda fascia intertropicale.

Ma finchè sarà assente una politica demografica mondiale capace di ricreare questa situazione ideale per la nostra specie, potremo comunque risimulare il più possibile, anche fuori della fascia intertropicale, ognuno il proprio ecosistema antropico, che oggi, come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, viene definito ECOVILLAGGIO (o, la più evoluta SOCIETA' NATURALE) (ma, proprio perchè l'ECO-villaggio deve rispecchiare il più possibile i parametri del nostro esatto ECO-sistema antropico, per essere sostenibile, ecocompatibile e soprattutto NATURALE per la nostra specie, esso è considerato tale, cioè ECO-villaggio, solo ed esclusivamente se segue assolutamente TUTTI i criteri e parametri che si descriveranno più avanti, proprio nel predetto capitolo relativo all'ecosistemica moderna, a cominciare esattamente dall'alimentazione MELARIANA, o, al limite, FRUTTARIANA).

L'uomo, infatti, oggi, dopo le predette glaciazioni che ci hanno allontanato dalla nostra nicchia ecologica, è ancora semplicemente un animale del tutto spaesato, ed addirittura enormemente disorientato, che sta sempre ancora cercando disperatamente il suo posto nella natura.

Siamo, infatti, esattamente come un pezzo di un puzzle (che, inserito nel puzzle, funzionava perfettamente, e quindi era felice) che si è provvisoriamente staccato (per i motivi spiegati nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna) dal resto del puzzle, che, invece, è ancora integro (se evitiamo di rompere prima pure quello).

Quindi, l'unica cosa che dobbiamo fare (proprio per ritrovare automaticamente, e senza nessuno sforzo, la felicità) è ritrovare il nostro "buco" del puzzle dal quale ci siamo staccati; ma per farlo prima dobbiamo vedere qual'è esattamente la forma del nostro pezzo, proprio per poi confrontarla con quella di eventuali "buchi" di pezzi macanti nel puzzle: questo è esattamente quello che fa la predetta Oloscienza, ed in particolare anche l'anatomia comparata e la morfologia funzionale comparata fitozoologica (che stiamo per vedere meglio).

Infatti, come si è ormai già sperimentato da molto tempo, una volta che un uomo viene reinserito gradualmente in un ecosistema antropico, come oggi può essere solo quello degli ecovillaggi (o società naturali) più avanzati al mondo, cioè i più simili in assoluto all'ecosistema antropico (descritto meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica), sempre gradualmente ritorna ad una situazione finalmente di una profonda e totale felicità. Dobbiamo rimettere il nostro pezzo di puzzle

(costituito per ognuno dalla propria persona) ciascuno nel suo ecosistema antropico (con i dettagli fondamentali descritti sempre nel capitolo relativo all'ecosistemica), e tornare, di conseguenza, automaticamente come la natura aveva già predisposto che fossimo, cioè perfettamente FELICI.

Conclusione scientifica dell'ANATOMIA COMPARATA

Anche l'ANATOMIA COMPARATA, quindi, continuando la sua precisa analisi su TUTTI gli altri organi del sistema digerente, ma addirittura anche su TUTTI gli organi di TUTTI gli altri apparati, esattamente come la TOTALITA' delle altre SCIENZE sperimentali (comprese FISIOLOGIA COMPARATA, biochimica comparata, SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA, ecc.), arriva, dunque, alla completa ed assoluta DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA che: la SPECIE UMANA è, in modo chiarissimo, una specie completamente ed assolutamente del tutto FRUTTIVORA.

Ancora oggi, abbiamo la STRUTTURA ANATOMICA E FISIOLOGICA PERFETTAMENTE TIPICA DEGLI ANIMALI FRUTTIVORI. Dunque, L'UOMO E' UN ANIMALE FRUTTIVORO. MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA

I PROCESSI di SPECIAZIONE: parallelismo perfetto tra MORFO-GENESI, ANATO-GENESI, e FISIO-GENESI; tramite questo fenomeno filogenetico perfettamente parallelo e PERFETTAMENTE COMPLEMENTARIZZATO fito-zoologicamente per mezzo della CO-EVOLUZIONE fito-zoologica, solo ed esclusivamente la MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITO-ZOOLOGICA può effettuare la determinazione COMPLETA del CIBO SPECIE-SPECIFICO della SPECIE-UMANA

Il fenomeno biologico dell'EVOLUZIONE si basa sulla trasformazione naturale graduale dei caratteri geno-feno-tipici, che, a sua volta, si basa sulla definizione biofisica molto più precisa di evoluzione, e cioè sulla tendenza dei sistemi materiali viventi verso una situazione di minima energia; unendo le due definizioni, biologica e biofisica, l'EVOLUZIONE è esattamente la TRASFORMAZIONE NATURALE GRADUALE DEI CARATTERI GENO-FENO-TIPICI VERSO UNA SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE.

Ora, dalla biomeccanica quantistica fino all'astrofisica, sappiamo che qualsiasi sistema materiale dell'intero universo, compresi i sistemi materiali organici viventi, composti a livello di fisica atomica fondamentalmente di idrogeno, ossigeno, carbonio e azoto, essendo ogni componente sistemica materiale massimamente profondamente interconnessa a tutte le altre, dal livello elettromagnetico, al livello materiale non barionico, al livello antimaterico, fino al livello biochimico, al livello fisiologico, al livello anatomico, al livello morfologico, e al livello interattivo con i sistemi materiali esterni, quando si verifica un qualsiasi processo di trasformazione (come la speciazione) esso coinvolge, direttamente o indirettamente, ogni singola parte del sistema materiale stesso, dalla particella fisiologica più piccola fino alla morfologia più esterna dell'organismo vivente.

Questo è il motivo scientifico fondamentale per cui, in qualsiasi processo di speciazione, cioè di formazione di una specie animale, compreso il processo di ominazione, cioè di formazione della specie umana, si rileva un

PARALLELISMO PERFETTO tra MORFOGENESI
(cioè l'acquisizione di una determinata forma organica esterna),

ANATOGENESI
(cioè la formazione di una determinata anatomia),

e FISIOGENESI
(cioè la formazione di una determinata fisiologia),

e addirittura si è rilevato sperimentalmente che sono aspetti talmente COMPLETAMENTE ASSOCIATI e del tutto CONTEMPORANEI, che dall'analisi FUNZIONALE del risultato di uno qualsiasi di essi (morfologia, anatomia, fisiologia), a livello comparativo, si può potenzialmente ricavare perfettamente l'aspetto funzionale TOTALE degli altri due (tuttavia, come specificheremo meglio, nella dinamica pratica scientifica, per il principio fisico di indeterminazione, solo ed esclusivamente dall'analisi funzionale MORFOLOGICA comparativa è tecnicamente possibile determinare perfettamente l'aspetto funzionale totale anatomico e fisiologico di una specie animale).

Di conseguenza, da parte delle centinaia di scienziati predetti, è stato assolutamente doveroso, oltre che totalmente necessario per l'approfondimento scientifico, fondare negli ultimi decenni la disciplina scientifica della MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA, che si è rivelata gradualmente e anche sorprendentemente, alla massima precisione assoluta, e persino della massima risolutezza proprio delle problematiche fondamentali della specie umana, a cominciare dall'aspetto centrale dell'alimentazione specie-specifica, risultando poi alla fine, esattamente la scienza più sofisticata ed evoluta mai esistita, anche in quanto, dalla semplice analisi funzionale della morfologia esterna di una specie animale, soprattutto man mano che si procede verso le specie pluricellulari più evolute, che hanno avuto più tempo per l'assestamento specialistico del ciclo H sulla minima energia, si ricava perfettamente l'aspetto funzionale totale fino alla sua intera fisiologia biochimico-molecolare e oltre. Infatti, il parallelismo perfetto della MORFO-ANATO-FISIO-GENESI, è

del tutto contemporaneo alla morfo-anato-fisio-genesi di ogni altra specie vegetale o animale dell'ecosistema di cui fa parte, e soprattutto contemporaneo alla morfo-anato-fisio-genesi della componente trofica specie-specifica di cui si nutre, che, per gli stessi identici motivi biomeccanico quantistici di massimamente profonda interconnessione dei due sistemi materiali CIBO-SPECIE ANIMALE, determina una assolutamente perfetta complementarizzazione dei due sistemi materiali interattivi, portando di conseguenza alla più perfetta complementarizzazzione parallela e contemporanea (sempre ovviamente di minima energia) di assolutamente tutti i caratteri MORFO-FUNZIONALI, di assolutamente tutti i caratteri ANATOMO-FUNZIONALI e di assolutamente tutti i caratteri FISIO-FUNZIONALI del sistema materiale della SPECIE ANIMALE e del sistema materiale del CIBO di cui si nutre, costruendo letteramente nei milioni di anni di co-evoluzione ciò che si definisce il CIBO SPECIE-SPECIFICO, cioè l'UNICO perfettamente adatto a quella specie animale, dal livello morfologico più esterno fino al livello fisiologico molecolare più interno, e quindi ASSOLUTAMENTE l' UNICO cibo al mondo a poter conferire alla specie animale relativa quel perfetto equilibrio fisiologico biochimico interno che è definito SALUTE PERFETTA, e addirittura, per semplici questioni di equilibrio biomeccanico quantistico, a determinarla AUTOMATICAMENTE ogni volta che la specie animale relativa si nutre SOLO ed ESCLUSIVAMENTE di ESSO.

Infatti, oltre la co-filo-anato-fisio-genesi funzionale di qualsiasi specie animale, anche la CO-FILO-MORFO-GENESI FUNZIONALE, cioè I processi di formazione strutturale MORFOLOGICA di una specie animale, che sono e possono essere SOLO ed UNICAMENTE di tipo CO-EVOLUTIVO (con la restante componente fito-zoologica dell'ecosistema, soprattutto con la componente TROFICA) e basati sul meccanismo CO-FUNZIONALE (determinati da INTERAZIONI FUNZIONALI RECIPROCHE), è PERFETTAMENTE PARALLELA e CONTEMPORANEA.

In altri termini, quindi, MORFOLOGIA, ANATOMIA e FISIOLOGIA, sono solo tre tipologie di manifestazione sensoriale sul nostro cervello della stessa UNICA identica realtà materiale, ed essendo, come predetto, tutti i caratteri MORFO-FUNZIONALI ANATOMO-FUNZIONALI FISIO-FUNZIONALI sempre perfettamente paralleli tra loro, sia nella specie animale che nel suo cibo specie specifico PERFETTAMENTE COMPLEMENTARIZZATO ad essa in milioni di anni di co-evoluzione, di conseguenza, anche tutte le ASSOCIAZIONI FUNZIONALI tra specie animale e suo cibo specie-specifico corrispondenti a ciascuno dei tre aspetti, morfologico, anatomico e fisiologico, sono PERFETTAMENTE PARALLELE.

Ecco perchè SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la MORFOLOGIA, con la sua analisi FUNZIONALE, a livello comparativo fito-zoologico, ci può indicare in misura INFINITAMENTE MAGGIORE di qualsiasi altro aspetto anatomico o fisiologico anche comparativo la perfetta ASSOCIAZIONE FUNZIONALE organica totale tra i due sistemi materiali SPECIE ANIMALE-CIBO SPECIE SPECIFICO, sia in quanto, come abbiamo visto, la MORFOLOGIA è proprio esattamente la RISULTANTE OLOSISTEMICA esterna delle due componenti interne anatomia e fisiologia, e, proprio essendo tale, attraverso una sola anche semplicissima analisi trofo-funzionale morfologica MACROSCOPICA esterna SINTETIZZA PERFETTAMENTE anche l'analisi trofo-funzionale anatomica e fisiologica pure ULTRA-MICROSCOPICHE, e sia in quanto, ogni livello analitico SOTTOSTANTE il livello OLOSCIENTIFICO morfologico (la morfologia, anche costituendo la SINTESI di entrambi gli aspetti strutturali e dinamici anatomici e fisiologici interni, è già di base TOTALMENTE OLOSCIENTIFICA) ha due ENORMI DIFETTI relativi all'indagine scientifica ESTREMAMENTE DEVIANTI
(analoghi a quelli descritti nell'introduzione del testo):

1) a livello anatomico, anche comparativo, separando lo studio delle parti dal tutto (olo) e' impossibile conoscere l'effetto trofico-interattivo totale delle componenti, che è sempre TOTALMENTE DIVERSO dal comportamento delle parti singole;

2) a livello fisiologico, anche comparativo, anche per il semplice principio di indeterminazione di Heisemberg, più si scende nell'analisi parzialistica fino al livello microscopico, più l'osservazione stessa modifica l'oggetto osservato, e, di conseguenza, meno si possono trarre conclusioni scientifiche di qualsiasi tipo, corrispondenti sia alla realtà parziale che tanto meno alla realtà relativa all'intero sistema organico studiato.

Dunque, è proprio tramite l'UNICO aspetto fito-zoo-comparativo OLOSISTEMICO morfofunzionale, cioè la MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA, poi applicata alla SPECIE UMANA, che è possibile trovare conclusioni scientifiche TOTALMENTE aderenti alla realtà, a cominciare dal campo della SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE, che infine, ovviamente, come vedremo meglio anche nei prossimi capitoli, devono passare il vaglio della ulteriore verifica sperimentale, specialmente relativamente al parametro centrale della SALUTE PERFETTA.

MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA applicata alla SPECIE UMANA Ora, siccome stiamo parlando dell'argomento più importante in assoluto della nostra vita (la nostra SALUTE e quindi la nostra FELICITA'), come persone singole e addirittura come totale popolazione dell'intero pianeta, dobbiamo evitare di fare errori grossolani, e quindi occorre una minima precisione: se si prosegue l'analisi comparativa relativa alla nostra specie, senza l'anatomia comparata, che già dimostra la STRUTTURA FRUTTIVORA della SPECIE UMANA, ma con la MOLTO più precisa ed evoluta MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA, si riscontra chiaramente che la SPECIE UMANA ha una struttura perfettamente SPECIE-SPECIFICA (cioè anatomo-fisiologicamente adatta) SOLO ed ESCLUSIVAMENTE per il FRUTTO della specie vegetale arborea MALUS (mela).

Abbiamo detto che la morfofunziologia comparata fitozoologica è la scienza, addirittura OLOSCIENZA, più evoluta in

assoluto in quanto si basa proprio direttamente sulla comparazione della OLO-STRUTTURA ESTERNA, sia statica che dinamica, e quindi del suo COMPORTAMENTO FUNZIONALE in natura, portando quindi finalmente al MASSIMO livello (addirittura mai esistito nell'intero campo di tutte le altre scienze sperimentali) e la sua semplicità scientifica ma persino la sua EFFICACIA SCIENTIFICA [EVOLUZIONE scientifica è, per definizone epistemologica stessa, infatti, esattamente il tendere alla massima semplicità scientifica nella massima EFFICACIA SCIENTIFICA (quest'ultima, in termini di risultato di pratica umana finale, cioè tale che, i concetti scientifici semplici, una volta applicati dall'uomo, devono conferire la MASSIMA FELICITA')].

Morfologia funzionale comparata fitozoologica TROFICA applicata all' alimentazione SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA

Ora, la morfologia funzionale comparata fitozoologica, una volta applicata al fenomeno trofico (alimentare) del fruttivorismo della specie umana, dopo un profondo esame ed analisi di ogni singolo dettaglio, dimostra dapprima l'impossibilità assoluta dell'ipotesi stessa di "onnivorismo fruttivoro" della specie umana

[cioè dimostra l'impossibilità assoluta che l'uomo possa anche solo lontanamente essere adatto a tutti i tipi di frutta, come, del resto, nessun altro primate (o animale in generale) sull'intero pianeta; infatti, come vedremo meglio,

OGNI FRUTTO E' BIOCHIMICAMENTE ADATTO AD UNA PARTICOLARE SPECIE ANIMALE,

proprio quella con la quale si è CO-EVOLUTA per molti MILIONI di anni nello STESSO ecosistema (la CO-EVOLUZIONE determina necessariamente, per il principio stesso della minima energia, una COMPLEMENTARIZZAZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA TRA UNA SPECIE ED IL SUO CIBO, che diventa, appunto, SPECIE-SPECIFICO)],

giungendo alla fine, restringendo il campo di azione trofica fruttivora,dopo l'ANALISI COMPARATIVA MORFOFUNZIONALE per la compatibilità specie-specifica di ogni frutto con la specie umana, alla dimostrazone scientifica che la SPECIE UMANA è solo ed esclusivamente una specie perfettamente ed assolutamente MALIVORA.

Vediamo, almeno, solo alcuni cenni semplici di questa applicazione di ANALISI MORFOFUNZIONALE comparata fitozoologica. Anche l'esistenza stessa dei moltissimi frutti VELENOSI (per l'uomo, ma mai per altre specie animali), contenenti sostanze talmente tossiche da essere anche mortali per la nostra specie, prodotti da molti taxon (categorie) botanici, specialmente arbustivi, di piante in numerosissime zone dell'intero pianeta

[ad esempio il frutto denominato "belladonna" è talmente velenoso che bastano tre piccoli di essi (sono più piccoli di una ciliegia) per uccidere un uomo; ne basta uno per uccidere un bambino]

DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE, immediatamente, che anche LA SPECIE UMANA E' INADATTA A TUTTI I TIPI DI FRUTTA.

Un altro esempio, il fico d'India, il frutto della nota pianta grassa, con la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE sia delle terminazioni di arto della nostra specie, le nostre mani, sia con la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE del nostro apparato boccale, NEMMENO POSSIAMO TOCCARLO (per effetto delle numerosissime e dolorosissime spine presenti sulla sua stessa buccia), e questo è un CHIARISSIMO MESSAGGIO DELLA NATURA CHE ANCHE QUEL FRUTTO E' ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE INADATTO ALLA SPECIE UMANA

[anche per il predetto PARALLELISMO MORFO-ANATOMO-FISIOLOGICO; esso è, infatti, un frutto anatomo-fisiologicamente adatto ad una specie particolare di bovino nord-africano (che, appunto, fa parte proprio della componente animale dello stesso ecosistema di cui fa parte anche la specie vegetale della pianta nord-africana del fico d'India), che ha una STRUTTURA MORFOFUNZIONALE di apparato boccale, invece, perfettamente specie-specifica (come alimento di riassetto H) per il fico d'India (si ricorda che OGNI specie animale si nutre del suo FRUTTO SPECIE-SPECIFICO ASSOLUTAMENTE SEMPRE CON TUTTA LA BUCCIA |anche per il semplicissimo motivo del principio della minima energia che porta necessariamente sempre la CO-EVOLUZIONE TROFICA tra le due specie ad una COMPLEMENTARIZZAZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA PERFETTAMENTE TOTALE|; per esempio, il predetto bovino ha una STRUTTURA MORFOFUNZIONALE linguale e palatale TALMENTE ESO-CORIACEA che gli consente di nutrirsi del fico d'India GUSTOSAMENTE CON TUTTA LA BUCCIA E LE SPINE, e addirittura di aumentarne la percezione sensoriale del sapore, grazie PROPRIO alla presenza di quelle numerosissime SPINE, che per la sua specie hanno, invece, anche una funzione potenziatrice di gusto su una papilla gustativa estremamente a TIPOLOGIA CORIACEA)].

La morfologia funzionale comparata fitozoologica applicata poi tra la specie umana e molte altre specie di frutti, invece, dimostra scientificamente e chiarissimamente che questi ultimi non sono assolutamente anatomo-fisiologicamente adatti alla specie umana, anche perchè, anch'essi (ma per motivi anatomo-strutturali e biochimico-fisiologici diversi), hanno una buccia (e, a rigore scientifico di tipo specialmente biochimico, anche una polpa, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna) commestibile solo ed esclusivamente per ALTRE specie animali come, ad esempio,

l'arancia[come vedremo meglio, è specie-specifica, sempre come cibo di riassetto H, soprtattutto per alcune specie di serpenti asiatici ed elefanti asiatici (si ricorda che l'arancia è di origine asiatica-orientale), che ovviamente se ne nutrono gustosamente con TUTTA la buccia],

il pompelmo, il limone, tutti gli altri agrumi, l'ananas, il kiwi, l'anguria (è specie-specifica, sempre come cibo di riassetto H, per alcuni carnivori, tipo le jene, che la consumano gustosamente con TUTTA la buccia; anche la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE della jena, con il muso naturalmente rivolto verso terra è ANATOMICAMENTE COMPLEMENTARE a quella della pianta dell'anguria che produce frutti poggiati A TERRA),

la banana[è specie-specifica, sempre come cibo di riassetto H, per un pappagallo intertropicale (che anch'esso, appunto, come sempre fa parte proprio della componente animale dello stesso ecosistema di cui fa parte anche la specie vegetale della pianta intertropicale del banano) che se ne nutre completamente e gustosamente con TUTTA la buccia, la quale contiene, infatti, ancora come sempre, delle sostanze biochimiche perfettamente specie-specifiche solo ed esclusivamente per la papilla gustativa e per l'intero organismo di quella specie ornitologica],

il durian[è specie-specifico, sempre come cibo di riassetto H, per alcuni carnivori, come le tigri, le quali, pur avendo questo frutto una buccia molto coriacea e dotata addirittura di aculei molto accentuati, esse lo consumano gustosamente con TUTTA la buccia (si ricorda che i carnivori hanno dentature secodonti adatte a mangiare anche le ossa delle loro prede)], ecc.

La stessa scienza applicata su altre ancora specie di FRUTTI dimostra chiaramente, per anch'essi, che FISIOLOGICAMENTE MAI ADATTI alla SPECIE UMANA, anche in quanto, in natura, sono assolutamente disgustosi per la percezione sensoriale della STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA della PAPILLA GUSTATIVA DELLA NOSTRA SPECIE, il che è un CHIARISSIMO SEGNALE DELLA NATURA PER AVVERTIRCI DELLA PERICOLOSA PRESENZA DI SOSTANZE BIOCHIMICHE PER NOI TOSSICHE,

come succede per moltissimi frutti come la melanzana, l'oliva, ecc.

Comparazione fitozoologica della MORFOFUNZIONALITA' TROFICA della SPECIE UMANA La morfologia funzionale comparata fitozoologica, poi, applicata in campo INTERSPECIFICO completo, evidenzia esattamente che assolutamente OGNI specie animale ha una sua MORFOFUNZIONALITA' TROFICA (alimentare) SPECIE-SPECIFICA MOLTO CHIARA, che indica precisissimamente anche la PROVENIENZA SPAZIALE (posizionale relativa) NATURALE dell'UNICO cibo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie.

La MORFOFUNZIONALITA' TROFICA SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA è anch'essa MOLTO CHIARA e indica precisissimamente anche la PROVENIENZA SPAZIALE NATURALEdell'UNICO cibo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie:

ad esempio, mentre la MORFOFUNZIONALITA' TROFICA specie-specifica di una mucca (tecnicamente vacca) presenta la testa NATURALMENTE RIVOLTA VERSO TERRA, STRUTTURA MORFOFUNZIONALE che indica precisissimamente la PROVENIENZA SPAZIALE NATURALE dell'UNICO ciboANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie, cioè l'ERBA, la MORFOFUNZIONALITA' TROFICA SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA, in maniera DEL TUTTO OPPOSTA, presenta i piedi NATURALMENTE POSTI IN TERRA e le mani NATURALMENTE POSTE IN ALTO, STRUTTURA MORFOFUNZIONALE che indica precisissimamente che la PROVENIENZA SPAZIALE NATURALE (sempre per il principio della MINIMA energia) dell'UNICO cibo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie è un ALBERO A BASSO FUSTO (proprio esattamente come gli alberi fruttiferi a FRUTTO POLPOSO a noi MORFOLOGICAMENTE COMPLEMENTARI: ad esempio, il MELO, il pesco, il kaki, il pero, l'albicocco, il prugno, il fico, il ciliegio, ecc.).

Ora, siccome, come abbiamo visto e vedremo meglio più avanti, la MORFOGENESI FILOGENETICA, anche per motivi BIOMECCANICI di MINIMA energia, è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE di tipo FUNZIONALE CO-EVOLUTIVO, si ha che la FORMA e ANATOMO-FISIOLOGIA del sistema materiale organico, in questo caso UMANO, è sempre PERFETTAMENTE COMPLEMENTARIZZATA SOLO ed UNICAMENTE alla sua funzione di MINIMA energia; in altri termini, come sempre, è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la FUNZIONE di MINIMA ENERGIA che CREA l'ORGANO, e quindi l'INTERA STRUTTURA MORFO-ANATO-FISIOLOGICA della specie animale;

di conseguenza, la predetta chiarissima conclusione scientifica di MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA, dimostra assolutamente UNA ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE INADATTI alla nostra specie, i frutti naturalmente posti in terra, su bassissime piante assolutamente erbacee, come cetriolo, zucchina, ecc. (che, infatti, sono specie-specifici, sia a livello morfofunzionale che del tutto biochimico-fisiologico, solo ed esclusivamente per alcuni tipi di piccoli mammiferi, con il muso alla loro stessa, assolutamente identica, altezza, ma addiritura anche appartenenti alla componente animale dello stesso ecosistema erbaceo di prateria, cui appartengono le specie erbacee fruttifere suddette).

Precisazioni ulteriori sui fondamenti anche FILOGENETICI (evolutivi) (sia strutturali che biochimico-fisiologici) della morfologia funzionale comparata fitozoologica

Occorre precisare che, oltre la eso-morfologia generale (morfologia generale esterna), anche la morfologia esattissima di assolutamente ogni singolo organo, interno o esterno, di ogni specie animale (in questo caso fruttivora), è assolutamente MAI casuale in natura, ma addirittura ha dei PRECISISSIMI e PROFONDISSIMI FONDAMENTI FILOGENETICI (evolutivi), basati anche su molti MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE FITOZOOLOGICA (non solo STRUTTURALE ma persino, parallelamente e necessariamente, BIOCHIMICO-FISIOLOGICA).

La MORFOLOGIA fenotipica (esterna) organica (del singolo organo) animale, infatti, impiega SOLO ed ESCLUSIVAMENTE molti MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE (cioè evoluzione parallela tra, in questo caso, specie animale fruttivora e specie vegetale fruttifera, da cui si nutre) e con necessaria OMOGENEITA' TEMPORALE (cioè continuativi), per plasmarsi proprio sulla COMPLEMENTARIZZAZIONE MORFOFUNZIONALE (e, parallelamente, BIOCHIMICO-FISIOLOGICA) con la specie vegetale fruttifera stessa (necessariamente, quindi, appartenente allo STESSO ecosistema) di cui si nutre.

Ovviamente ogni specie animale, per giungere anche ad una qualsiasi configurazione strutturale esterna (cioè morfologica), ha dovuto impiegare almeno MOLTI milioni di anni di coevoluzione con la specie vegetale, o animale, che lo NUTRIVA.

Per fare solo alcuni esempi di CO-EVOLUZIONE MORFOFUNZIONALE FITOZOOLOGICA, relativamente ad altre specie animali, si può citare, ad esempio:

- la giraffa, la cui STRUTTURA MORFOFUNZIONALE è tale che il CAVO ORALE, proprio anche grazie alle sue LUNGHISSIME zampe ed al suo LUNGHISSIMO collo in verticale, si trova posizionato esattamente alla STESSA IDENTICA altezza dell'altissima posizione delle FOGLIE arboree ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTE alla sua specie (acacia);

- il cinghiale, la cui STRUTTURA MORFOFUNZIONALE è tale che il CAVO ORALE, proprio anche grazie alle sue CORTISSIME zampe ed al suo collo NATURALMENTE ESTREMAMENTE RIVOLTO VERSO IL BASSO, si trova posizionato ESATTAMENTE all'altezza del terreno, sotto il quale, infatti, deve SCAVARE (con la dentatura, anche esterna, PERFETTAMENTE ADATTA ALL'ESCAVAZIONE ed all'estirpazione di RADICI) per estirpare le RADICI SOTTERRANEE, che sono, infatti, proprio il cibo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie;

- il formichiere, la cui STRUTTURA MORFOFUNZIONALE è tale che il CAVO ORALE, proprio anche grazie al suo SCHELETRO FORTEMENTE RICURVO ed al suo collo e capo ESTREMAMENTE ARCUATI VERSO IL BASSO, si trova posizionato non solo ESATTAMENTE all'altezza dell'entrata delle tane delle FORMICHE, che, infatti, sono proprio il cibo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie, ma addirittura con la STESSA IDENTICA forma affilata (MORFOLOGIA COMPLEMENTARE) dell'entrata delle tane stesse, ed ovviamente con l'ANATOMIA della dentatura PERFETTAMENTE adatta a quel tipo di insettivorismo;

- lo scoiattolo, la cui STRUTTURA MORFOFUNZIONALE della terminazione dei suoi arti superiori (sono molto simili a delle mani umane ma, ovviamente, molto più piccole) è tale che in ognuna di esse (le "manine" appunto) entra PERFETTAMENTE una ghianda (MORFOLOGIA COMPLEMENTARE), che è proprio il cibo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO alla sua specie;

- Ecc.

Quindi, anche la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE di OGNI specie animale, nel corso di molti MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE, SI MODELLA FONDAMENTALMENTE PROPRIO SUL CIBO ADATTO ALLA SUA SPECIE (fenomeno naturale conosciuto come TROFO-MORFOGENESI).

Di conseguenza, anche la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE del PRIMO organo animale INTERAGENTE, in fase trofica (alimentare), con il CIBO di cui l'animale si nutre (come, nel caso della SPECIE UMANA, la TERMINAZIONE di arto specie-specifica, cioè la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE della MANO, nel caso di una specie mammifera quadrupede, la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE dell'APPARATO BOCCALE, o, nel caso di una specie ornitologica, la STRUTTURA MORFOFUNZIONALE del BECCO), nel corso dei numerosi MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE (necessariamente CONTINUATIVA)

SI PLASMA ASSOLUTAMENTE VERSO UNA PERFETTA COMPLEMENTARITA' MORFOFUNZIONALE (E PARALLELAMENTE BIOCHIMICO-FISIOLOGICA) PROPRIO ESATTAMENTE CON IL CIBO STESSO DI CUI L'ANIMALE SI NUTRE. In altri termini, in campo carpico (di frutta), l'ORGANO animale che INTERAGISCE (afferra, come la nostra

MANO, o si infila, come un becco di uccello) direttamente con il FRUTTO nei MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE, acquisisce una STRUTTURA MORFOFUNZIONALE (e biochimico-fisiologica) PERFETTAMENTE COMPLEMENTARE proprio alla STRUTTURA MORFOFUNZIONALE (e biochimico-fisiologica) del FRUTTO stesso.

In parole ancora più semplici, ad esempio MANO e FRUTTO, o becco e frutto, acquisiscono, dopo MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE, una FORMA e una FUNZIONALITA' PERFETTAMENTE COMPLEMENTARI (cioè PERFETTAMENTE adatte l'una all'altro), e, ovviamente, parallelamente, i due organismi, animale e vegetale, diventano, sempre dopo MILIONI di anni di CO-EVOLUZIONE, anche BIOCHIMICAMENTE e FISIOLOGICAMENTE ASSOLUTAMENTE COMPLEMENTARI, cioè addirittura DEL TUTTO INDISPENSABILI L'UNO ALL'ALTRO.

E' anche per questo motivo che, ad esempio, la FORMA ESTERNA di una MANO e la FORMA ESTERNA di un FRUTTO, se sono PERFETTAMENTE COMPLEMENTARI (cioè se LA FORMA del FRUTTO ENTRA PERFETTAMENTE NELLA FORMA DELLA MANO semiaperta in fase di raccolta del frutto stesso), (ovviamente sempre a PARITA' ECOSISTEMICA FITOZOOLOGICA SPECIE-SPECIFICA, cioè essendo le due specie, animale e vegetale, anche appartenenti filogeneticamente alla STESSA area geografica e tipologia ecosistemica, compreso che il frutto sia sempre ad EDIBILITA' CARPICA COMPLETA, cioè con anche la buccia del frutto completamente mangiabile e gustosa per la specie animale, ed infine con TUTTI gli altri parametri ecosistemici, strutturali e fisiologici COMPLEMENTARI tra specie animale e vegetale carpica), significa, allo stesso tempo, che TUTTA la BIOCHIMICA e addirittura tutta l'INTERA FISIOLOGIA del predetto FRUTTO è assolutamente PERFETTAMENTE COMPLEMENTARE (quindi SPECIE-SPECIFICA, cioè non solo ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTA, ma persino ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE) all'INTERA BIOCHIMICA e FISIOLOGIA dell'animale stesso dotato di quella STRUTTURA MORFOFUNZIONALE di MANO (specialmente se la stessa cosa è confermata dalla COMPATIBILITA' MORFOFUNZIONALE con l'intero apparato orale della specie in questione).

[Stessa cosa vale per la perfetta complementarità morfofunzionale tra un becco (compreso il suo intero apparato orale interno) e il suo frutto specie-specifico (ovviamente come cibo di riassetto H), che dimostra (sempre a parità ecosistemica fitozoologica specie-specifica) la perfetta complementarità tra tutta la biochimica e tutta la fisiologia tra il relativo uccello e il frutto stesso].

Assoluta PRECISIONE SCIENTIFICA della morfologia funzionale comparata fitozoologica, anche rispetto alle superficialissime biochimica e fisiologia

E' fondamentale notare che la FORMA compatibile (a parità ecosistemica fitozoologica specie-specifica) dimostra la BIOCHIMICA-FISIOLOGIA compatibile in maniera addirittura INFINITAMENTE SUPERIORE anche a qualsiasi strumentazione biochimica o fisiologica moderna, anche persino del futuro più lontano, proprio per la limitatezza indagativa (per semplici motivi di meccanica quantistica, come si spiegava nell'introduzione del testo) della scienza parzialistica, persino a molto meno dello 0,1% di tutti i tipi di materia presenti (tra materia barionica, materia non barionica, antimateria, ecc.) nel nostro organismo e anche nel frutto stesso.

E' anche per questo motivo (come accennavamo anche nell'introduzione del capitolo e del testo) che la MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA può essere del tutto considerata letteralmente INFINITAMENTE SUPERIORE a qualsiasi altra scienza sperimentale mai esistita sull'intero pianeta: arriva, cioè, fino a dove anche tutta la chimica, fisica molecolare, atomica, nucleare e subnucleare mai potrà(anche per lo stesso principio di indeterminazione di Heisemberg) anche solo lontanissimamente sperare di sognare.

Continuazione della Morfologia funzionale comparata fitozoologica TROFICA applicata all' alimentazione SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA

Continuando alcuni cenni di Morfologia funzionale comparata fitozoologica trofica applicata alla specie umana, se ci si addentra anche di poco, infine, nell'analisi comparativa morfofunzionale relativa al primo organo (la nostra mano) interagente, in fase trofica (alimentare), con il frutto, e anche nell'analisi comparativa morfofunzionale relativa all'intero nostro apparato orale, si riscontra che la compatibilità morfofunzionale della specie umana, anche minima, è addirittura del tutto assente anche con la maggior parte degli ultimi frutti citati, appartenenti ai predetti alberi fruttiferi a frutto polposo a basso fusto: ciliegia, prugna, albicocca, fico, pera, ecc.

Comparando la morfologia della terminazione di arto (mano), (ma anche dell'apparato orale), in fase trofica (mano naturalmente semiaperta) della specie umana, infatti, con, ad esempio, la morfologia di una ciliegia, si riscontra è assente una minima complementarità morfologica (ad esempio, a livello dimensionale, la ciliegia è quasi puntiforme rispetto alle dimensioni estremamente più estese della nostra mano naturalmente semiaperta), ma addirittura totalmente assente una esigua complementarità funzionale di minima energia (anche la posizione e la dimensione del seme, se riferita alla specie umana, è persino pericolosa sia per la nostra dentatura che per il seme stesso)

[lo dimostra chiaramente anche la rilevazione statistica clinica di tutto il mondo, in cui una delle percentuali più alte di denti umani danneggiati o addirittura spaccati è dovuta proprio al consumo di ciliegie; alta è anche la casistica di semi

danneggiati o persino spaccati, cosa che, essendo il fenomeno peggiore in assoluto che può accadere per una pianta, dimostra la assoluta non specie-specifità di quel frutto con la specie umana].

Infatti, la ciliegia è un frutto specie-specifico solo ed esclusivamente per alcune specie di uccelli, cosa anche evidente, a livello morfologico, le sue dimensioni quasi puntiformi sono perfettamente adatte ad un becco di uccello, ma anche perchè, a livello funzionale, la particolare biomeccanica trofica di un uccello (la beccata del frutto) specie-specifico senza assolutamente mai nè di danneggiare minimamente il suo becco, nè tanto meno la preziosissima struttura del seme.

L'antica cultura latina già sapeva esattamente tutto ciò, a tal punto punto che lo stesso termine nella lingua latina che indica la ciliegia è proprio "Prunus Avium" (cioè esattamente "la prugna degli uccelli"); che la cilegia fosse un cibo specie-specifico solo ed esclusivamente per gli uccelli (ovviamente come cibo di riassetto H, specialmente per granivori) era arcinoto anche per gli scienziati zoologi e tassonomoci di tutti gli ultimi secoli, ed è esattamente per questo motivo che, anche nella scienza universtaria, addirittura di tutto il mondo, più moderna, l'unico termine scientifico che si usa per "ciliegia" è proprio "Prunus Avium", proprio a sottolineare la specie-specificità solo ed esclusivamente con gli uccelli.

[Ad ulteriore conferma di ciò, molto spesso interi stormi di uccelli depredano intere piantagioni di ciliegi (oltre che degli altri frutti a loro specie specifici, tra cui i sottoelencati), e frequentemente fino a spogliare completamente di questo frutto gli interi alberi anche giganteschi].

Ovviamente, come sempre, la assoluta inesistente compatibilità morfofunzionale con la specie umana, significa che questo frutto contiene molte, riscontrate anche biochimicamente, sostanze piuttosto tossiche per la nostra specie; è stato anche riscontrato un potenziamento della tossicità di queste sostanze in fase diluita con acqua, come quando si beve dopo averne mangiato [ovviamente, però, la loro tossicità, così come avviene anche per tutti gli altri frutti (a parte la mela che ha tossicità zero) è sempre molto inferiore a quella, per esempio, delle sostanze secondarie (di cui parleremo nei capitoli relativi alla fisiologia comparata ed ecosistemica), altamente tossiche, contenute in assolutamente tutte le verdure, ed alle altre sostanze secondarie, addirittura ancora molto più tossiche, contenute in assolutamente tutti i semi (come legumi, cereali, semi oleosi, ecc.)].

Tutto lo stesso identico discorso fatto per la ciliegia, con solo poche piccolissime differenze, vale perfettamente anche per l'uva, la prugna, l'albicocca, il fico, la pera, ecc.; hanno una quasi nulla compatibilità, sia morfofunzionale ma anche biochimica ed addirittura fisiologica, con la specie umana: sono, invece, tutti frutti specie-specifici (sempre come cibo di riassetto H) solo ed esclusivamente per alcune specie di uccelli.

Inoltre, l'uva, oltre a contenere una sostanza piuttosto tossica per la specie umana, invece che per diverse specie di uccelli, che è il tannino, addirittura rilevata oltremisura, presenta un eccesso di glucosio, che, è adatto solo a diverse specie di uccelli (anche quando in forma monomerica)e, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, rispetto al fruttosio, contenuto in quantità quasi esclusiva solo nella mela, porta a diversi problemi (in particolare il glucosio, combinato con il tannino ed altre sostanze tossiche dell'uva, determina diverse disfunzioni, a cominciare dall'apparato scheletrico ed addirittura dalla destrutturazione delle radici dentarie, che, come sempre, si accentuano se il frutto viene assunto sotto forma di succo).

Ad ulteriore conferma di ciò, essendo il loro cibo naturale (sempre come forma di riassetto H), quasi come succede per le ciliegie, anche l'uva, come tutti gli altri frutti sopra elencati, viene spesso depredata da interi stormi di uccelli.

La prugna, inoltre, ha una biochimica incompatibile con la nostra specie, determina una leggera acidificazione ematica, e anche perchè conforma una sua fisiologia adatta a particolari specie di uccelli, con sostanze chimiche che, invece, sul nostro organismo hanno una esagerata azione lassativa, fino persino a frequenti eccessi diarroici.

Anche l'albicocca è un frutto specie-specifico per alcune specie di uccelli (sempre come forma di riassetto H, specialmente per granivori), i cui interi stormi spesso scavano la sua polpa fino a svuotarla quasi completamente.

Il fico, inoltre, è talmente depredato da una particolare specie di uccelli, che quest'ultima viene addirittura definita con il suo stesso nome: il beccafico; il fico, infatti, ha una struttura morfofunzionale tipicamente adatta ad alcune specie di uccelli, botanicamente definita "siconio"; essa presenta, al suo interno, numerosissimi piccoli semi, la cui posizione nella polpa, mentre è assolutamente morfofunzionalmente incompatibile con la nostra dentatura che li danneggia enormemente, spesso addirittura spaccandoli, e creando anche una leggera usura strutturale ai nostri stessi denti, spesso anche addirittura danneggiandoli

(la specie umana, come d'altronde tutti i primati fruttivori, costituisce la componente animale della disseminazione zoocora EPIZOA, cioè è adatta solo ed esclusivamente alla tipologia strutturale di frutto i cui semi, in fase trofica, non passano attraverso il sistema digerente dell'animale),

(la posizione dei semi nella polpa) ha, invece, una compatibiltà morfofunzionale solo ed esclusivamente proprio con la stessa struttura del becco di un uccello che, senza una dentatura, mai rischia di romperli, ma, se ingoiati dall'uccello, la sua stessa biochimica, anche con i suoi succhi gastrici, ne potenzia la germinabilità (la maggior parte degli uccelli che

usano anche alcuni frutti come forma di riassetto H, costituiscono, in modo del tutto opposto alla specie umana, la componente animale della disseminazione zoocora ENDOZOA, cioè sono adatti solo ed esclusivamente alla tipologia strutturale di frutto i cui semi, in fase trofica, passano attraverso il sistema digerente dell'animale, e addirittura, come accennato, ne vengono perfezionati in tutte le loro funzioni riproduttive).

Addirittura molti frutti sono talmente specie-specifici solo a particolari specie di uccelli che, i loro semi innescano la loro germinabilità solo ed esclusivamente se prima vengono ingoiati, insieme alla polpa, da un uccello, interagendo così con alcune loro specifiche sostanze chimiche del loro apparato digerente, che ne attivano letteralmente l'innesco della stessa potenzialità riproduttrice (a cominciare proprio dal processo di germinazione).

La pera, inoltre, contiene acune sostanze chimiche, che, mentre sono assolutamente positive per la fisiologia di alcune specie di uccelli, sono per l'uomo particolarmente tossiche, come l'acetaldeide, contenuta in quantità eccessiva, ed alcune strutture molecolari particolari come le sclereidi, a tal punto che molti medici in tutto il mondo, ne consigliano un consumo minimo possibile.

Infine, la morfologia funzionale comparata fitozoologica trofica applicata alla specie umana, se espressa soprattutto con l'analisi comparativa morfologica tra la struttura della terminazione del nostro arto superiore (la nostra mano), insieme a quella del nostro apparato orale, e la struttura del frutto polposo arboreo (a struttura completamente edibile), riscontra la compatibilità MORFOLOGICA con la specie umana solo per 3 specie di frutti: la MELA, la pesca e il kaki (mentre la loro compatibilità morfofunzionale con la nostra specie sarà analizzata meglio nel prossimo paragrafo).

In altri termini, solo questi 3 frutti (a struttura edibile), oltre ad avere tutte le altre relative principali caratteristiche ecosistemiche (relative alla loro specie vegetale) adatte alla specie umana, hanno una MORFOLOGIA compatibile con la morfologia della nostra mano e del nostro apparato orale;

in parole ancora più semplici, oltre la compatibilità generale delle principali altre caratteristiche ecosistemiche relative alla nostra specie, in particolare (oltre anche la compatibilità strutturale del nostro apparato orale) la nostra mano naturalmente semiaperta (in fase di raccolta di un frutto) ha non solo la FORMA palmare ma anche la DIMENSIONE palmare assolutamente perfettamente identica (nel senso di semi-fasciante, e quindi almeno morfologicamente perfettamente COMPLEMENTARE) solo a quella di quei 3 frutti (a struttura edibile).
Ma vediamo, ora, l'analisi della compatibilità MORFOFUNZIONALE applicata a questi ultimi tre frutti.

Analisi comparativa fitozoologica morfofunzionale trofica applicata alla specie umana: SPECIE-SPECIFICITA' TROFICA DELLA SPECIE UMANA CON LA MELA

Ma se, infine, relativamente ai tre predetti ultimi frutti, MELA, pesca e kaki, da quest'ultima analisi comparativa soprattutto morfologica, si passa all'analisi comparativa

MORFOFUNZIONALE, LA COMPATIBILITA' MORFOFUNZIONALE SI RISCONTRA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON UN FRUTTO: LA MELA.

Infatti in filogenetica (evoluzione) strutturale, per l'analisi di IDONEITA' di un cibo ad una specie animale è importante sia la MORFOLOGIA, ma anche ovviamente la FUNZIONALITA' della struttura stessa (sia interna che esterna), che, insieme, costituiscono un indice parametrico diretto (in presenza di tutte le altre condizioni ecosistemiche soddisfatte), vista la assolutamente indispensabile co-evoluzione biochimica di MILIONI di anni per ottenerle, che segnala automaticamente l'esistenza esclusiva in quel frutto di strutture molecolari ADATTE alla specie animale che se ne nutre, e che, anche per l'impostazione necessariamente monotrofica di ogni specie animale, sono assolutamente del tutto le UNICHE, soprattutto se ci troviamo, come nel caso della specie umana, in coincidenza sia biochimica e che fisiologica perfetta col ciclo H.

Anche sulla base di questi parametri, sia la consistenza strutturale che la configurazione biochimico-strutturale (oltre che biohimico-fisiologica generale) della pesca e del kaki, sono nel più totale contrasto, sia filogenetico generale e addirittura biomeccanico, se comparata con la morfofunzionalità strutturale anche della stessa dentatura della specie umana.

Ad esempio, la struttura particolare della dentatura bunodonte umana [a differenza delle altre stesse dentature bunodonti di primati fruttivori antropomorfi, che presentano diverse caratteristiche peculiari, come ad esempio cuspidi delle corone dentarie con raggi di curvatura inferiore (quindi più accentuate) e cosiddetti "canini" longidifformi (cioè non livellati con gli altri denti)] è compatibile solo ed esclusivamente con una struttura edibile totalmente rigida, esattamente come quella posseduta dalla mela, ed assolutamente incompatibile con le strutture solo parzialmente rigide come quelle possedute da pesca e kaki; infatti, solo ed eslusivamente una struttura edibile completamente rigida come la mela è in grado, in fase di morso bunodonto umano, di trattenere il liquido fisiologico nutrizionale in essa contenuta, senza la dispersione parziale delle preziosissime vitamine, sali minerali, e tutti gli altri essenziali principi nutritivi all'esterno, ma anche evitare la dispersione di questi ultimi sia sulle mani stesse che addirittura sul corpo naturalmente eretto dell'uomo in fase di morso.
Cosa che è esattamente ciò che avviene con le strutture edibili di pesca e kaki, che essendo totalmente incapaci di trattenere il relativo liquido fisiologico nutrizionale in fase di morso, lo disperdono parzialmente come minimo sulle mani

(costringendo però, in questo caso, l'uomo a scansarsi per evitare la dispersione corporea), addirittura in misura sempre crescente almeno sulle mani durante il consumo.

Altra incompatibilità di pesca e kaki è anche quella dermochimica con, appunto, l'epidermide (parte esterna della pelle) della nostra specie: la reazione chimica del suddetto liquido fisiologico nutrizionale, che fuoriesce necessariamente sulle mani e, se la persona evita di scanzarsi, sul corpo, in fase di morso bunodonto umano, è di forte coesione (molecolare interna) e persino fortissima adesione molecolare epidermica superficiale della nostra specie, che conferisce nella persona un senso immediato di deciso fastidio, talmente accentuato da costringerla ad usare uno strumento artificiale, come ad esempio un fazzoletto, o da costringerla ad andarsi addirittura a lavare con acqua;

anche ciò avviene esattamente al contrario rispetto alla mela, la quale, oltre la predetta rigidità strutturale che determina l'idrotrattenimento fisiologico nutrizionale perfetto in fase di morso bunodonto umano, è dotata di una perfetta prensilità polare perdurante addirittura sino a totale consumo di polpa (l'unica tipologia di presa che consente proprio di evitare di esser costretti a toccare la polpa, cosa che invece avviene in misura persino crescente nel consumo di pesca e kaki), ma anche, nel rarissimo caso si venisse in piccolissimo contatto epidermico col suo liquido fisiologico nutrizionale, avendo invece quest'ultimo una perfetta compatibilità dermochimica con l'epidermide della specie umana, la reazione chimica è, del tutto al contrario, di totale e velocissimo assorbimento dermico e, quindi, di quasi immediata scomparsa, specialmente al minimo strofinio, con una sensazione neuronale addirittura piacevole, consentendo persino l'utilizzo da parte dell'organismo di tutti i miliardi di preziosissime molecole nutrizionali così assorbite.

E' ovvio che la natura, seguendo solo ed esclusivamente il principio della minima energia, tende sempre, nella sequenza filogenetica (evolutiva), all'azzeramento totale di qualsiasi spreco, specialmente quando si tratta di fase trofica (nutrizionale), ed in particolare di strutture molecolari fisiologiche che sono costate molti mesi di lavoro all'intera fisiologia della pianta che fornisce il frutto.

Tutto questi fenomeni avvengono perchè la struttura meno rigida di pesca e kaki, è, infatti, specie specifica solo proprio per molte specie di uccelli (come cibo di riassetto H), che, specialmente per questa consistenza comunque meno dura dei due frutti, possono entrare col loro becco [strutture carpiche (di frutto) con idoneità specifica a becco], senza assolutamente nessuna difficoltà, ed estrarne la polpa, e addirittura possono farlo senza assolutamente nessuna dispersione del liquido fisiologico nutrizionale del frutto stesso, e, inoltre, senza minimamente sporcarsi nemmeno il becco, in quanto, proprio l'adesione molecolare di quel liquido fisiologico nutrizionale con quest'ultimo è quasi nulla;

cosa che, invece, per le stesse specie ornitologiche (di uccelli), del tutto al contrario, mai succede con la mela, sulla struttura della quale, proprio per la sua letterale estrema durezza, un becco in fase di urto scaricherebbe tutta l'energia cinetica di ritorno (il contraccolpo) violentemente proprio sulla stessa testa dell'uccello che tenti di mangiarne, riuscendo poi al limite con moltissima difficoltà ad estrarne la benchè minima parte di rigida polpa, la quale comunque non risulta nemmeno apprezzata dagli organi di gusto dell'uccello stesso.

Ciò, tra l'altro, è anche confermato dalle rarissime tracce di becco di uccello (addirittura appena accenate) sulle mele, a ulteriore riscontro che, se anche qualche uccello fa qualche temerario tentativo di consumo, ci rinuncia immediatamente.

Dunque un becco di uccello, di qualsiasi specie, nel caso della mela, e' assolutamente assente qualsiasi compatibilità morfofunzionale, la quale, invece, viene riscontrata con una dentatura bunodonte molto particolare, quella appartenente alla specie umana (struttura carpica con idoneità specifica a dentatura, in particolare bunodonte umana, come vedremo meglio più avanti).

Infatti, riguardo la specie umana, un'ennesimo esempio, nell'analisi di compatibilità morfofunzionale tra le strutture edibili dei frutti e la dentatura della nostra specie, che conferma totalmente la specie specificità della mela alla specie umana, viene addirittura dalla biomeccanica trofica del morso bunodonto umano: la mela è esattamente assolutamente l'unico frutto sull'intero pianeta a possedere una struttura edibile che giustifica la presenza, e addirittura la particolarissima conformazione strutturale, sia intrinseca che relativa agli altri denti, dei denti monocuspidali ("canini") bunodonti della specie umana (oltre che la conformazione e configurazione strutturale di tutti gli altri denti).

In altri termini, la mela è, tra l'altro, l'unico frutto al mondo che giustifica la presenza ma la struttura stessa dei nostri impropriamente detti (come abbiamo visto in anatomia comparata) "canini": questi ultimi, infatti, nella biomeccanica trofica del morso bunodonto umano, hanno una funzione specifica totalmente assente in pesca, kaki, pera e pochi altri frutti (per i quali potrebbero essere infatti sostituiti persino con altri incisivi), e, persino per la restante TOTALITA' dei frutti al mondo, nella stessa biomeccanica totale del morso, i nostri "canini" addirittura mai si usano, cioè la loro stessa presenza sarebbe totalmente morfofunzionalmente ingiustificata, come ad esempio succede con la ciliegia, l'uva, la banana, la mora, il lampone, il ribes, il mirtillo, la fragola, l'oliva, ecc.

La MELA, invece, DEL TUTTO AL CONTRARIO, siccome è l'UNICO frutto dolce a STRUTTURA EDIBILE al mondo completamente e massimamente RIGIDA (sia esternamente che internamente), [in parole più semplici, tra tutti i frutti dolci al mondo che si possono mangiare con la buccia (come pesca, kaki, pera, albicocca, prugna, fico ciliegia, uva, oliva, fragola, mora, lampone, ribes, mirtillo, ecc.) la MELA è esattamente il PIU' DURO IN ASSOLUTO, e, al tempo stesso, è il

più duro in assoluto anche rispetto alla parte edibile di anguria, melone, mango, papaia, arancia, mandarino, pompelmo, kiwi, ananas, banana, avocado, ecc.], è proprio l'unico frutto a struttura edibile che, nella biomeccanica del morso bunodonto, richiede, per una funzionalità completa, proprio la presenza dei nostri cosiddetti "canini" a struttura bunodonte particolare (raggio di curvatura monocuspidale massimo, anche rispetto a tutti gli altri primati antropomorfi), in particolare esattamente nella fase finale di doppio strappo bilaterale, determinato sia dai due "canini" dell'arcata dentale superiore che dai due "canini" dell'arcata dentale inferiore.

Il morso di entrambe le arcate si ferma, infatti, proprio ai 2 "canini", sia superiori che inferiori, (come si può chiaramente osservare anche personalmente dalle tracce dei denti, togliendo la bocca appena inizia lo strappo del morso), i quali, proprio grazie alla loro struttura monocuspidale di tipo conico a massima apertura diametrale antero-posteriore, nella fase di inserimento nella struttura della mela, ogni milimetro che fanno verso il suo interno, allo stesso tempo determinano una separazione, sempre più marcata, proprio della parte di mela in fase di strappo.

L'assoluta perfezione che la natura, nel corso dei milioni di anni, ha determinato (proprio per il ripristino totale dell'esatta configurazione dinamica del ciclo H con la specie umana) sulla biomeccanica del morso bunodonto umano agente sulla struttura epicarpica ed endocarpica (la botanica moderna, come si spiegherà meglio più avanti, considera i frutti ricettacolari non solo veri frutti, ma addirittura i più filogeneticamente avanzati) della mela (biomeccanica di cui abbiamo visto solo dei minimi cenni), ha persino affascinato i più sofisticati scienziati di biofisica al mondo.

Conclusione scientifica della MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA

Quindi, in conclusione, oltre alla precedentemente analizzata scienza paleoantropologica, la scienza anatomica comparata (e tutte le altre scienze), e addirittura anche la massimamente ed assolutamente precisa, completa ed evoluta scienza morfofunziologica comparata fitozoologica giunge, anche se partendo da una analisi scientifica completamente diversa da tutte le altre scienze, alla loro stessa identica conclusione scientifica sperimentale:

LA SPECIE UMANA E' UNA SPECIE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE MALIVORA.

Cap. 3: FISIOLOGIA COMPARATA

La FISIOLOGIA COMPARATA è la scienza che studia la comparazione tra le estremamente diverse fisiologie relative a tutte le varie specie animali (un settore è relativo anche alle specie vegetali).

FISIOLOGIA COMPARATA applicata alla specie umana

Anche la fisiologia comparata, attraverso il settore della COMPARAZIONE FISIOLOGICA dei SISTEMI DIGERENTI di tutte le DIVERSISSIME specie animali, e addirittura attraverso il settore generale, cioè della COMPARAZIONE FISIOLOGICA di TUTTI GLI ALTRI APPARATI fino ad assolutamente la TOTALITA' dei loro singoli organi e tessuti, DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE chiarissimamente che l'intero SISTEMA FISIOLOGICO, compreso quello enzimatico, della SPECIE UMANA, è, ancora una volta, TOTALMENTE DIVERSO da quello delle specie "onnivore", carnivore, semivore, granivore, erbivore, ecc. ed invece, del tutto al contrario,

E' PERFETTAMENTE TIPICO delle SPECIE FRUTTIVORE,

in particolare addirittura in maggiore misura di quelle, come gli scimpanzè bonobo (che, tra l'altro, sono considerate le più intelligenti ed evolute in assoluto oltre che le anatomo-fisiologicamente più simili all'uomo), adatte alla frutta a più basso contenuto proteico in assoluto tra tutti i primati (per la nostra specie, il frutto a struttura edibile a più basso contenuto proteico in assoluto sia proprio sempre lei, la mela).

Differenza tra alimento e componente ecosistemica trofo-aspecifica Ogni specie animale ha, all'interno del proprio ecosistema, il suo corrispondente alimento specie-specifico (cioè adatto alla sua specie); tutti le altre parti di ecosistema (specifico e mondiale), diverse, quindi, dal suo cibo specie-specifico, sono, per quella specie animale, esattamente del tutto l'opposto del suo alimento, e quindi sono chiamate componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche (cioè parti di ecosistema assolutamente non adatte nutrizionalmente a quella specie).

Ad esempio, per un folivoro, come il koala, le foglie di Eucaliptus sono il suo alimento specie-specifico, e quindi qualsiasi altra restante parte di ecosistema mondiale (come qualsiasi altro tipo di foglia, o frutto, o radice, o seme, o carne, ecc.) sono per lui componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche, cioè parti di ecosistema mai "progettate" dalla natura per entrare nella sua bocca.

Riguardo la specie umana, come abbiamo visto e come vedremo meglio anche attraverso l'analisi di tutte le altre scienze, dalla biochimica alla fisiologia, alla scienza dell'alimentazione moderna, alla patologia e terapeutica moderne, ecc. la mela è il suo alimento specie-specifico (cioè adatto alla sua specie), e quindi qualsiasi altra restante parte di ecosistema mondiale (come qualsiasi altro tipo di frutto, o foglia, o radice, o seme, o carne, ecc.) sono per lui componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche, cioè semplicemente parti di ecosistema assolutamente mai "progettate" dalla natura per entrare minimamente nella sua bocca, proprio esattamente così come lo è la terra sotto i nostri piedi, la corteccia di un albero, una liana, un ramo, ecc.

Dunque, quando riferendosi alla specie umana, si parla di altra frutta, della cosiddetta "verdura", dei cosiddetti "semi", del latte aspecifico, dei cosiddetti "formaggi", delle uova, del cosiddetto "pesce", della cosiddetta "carne", ecc. ovviamente parlando di qualcosa che mai minimamente ha a che fare col concetto di "cibo" in quanto, ovviamente, sono solo ed esclusivamente componenti ecosistemiche trofo aspecifiche e quindi, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna, se introdotti dentro il nostro organismo costituiscono semplicemente un insieme di tossine trofo-aspecifiche (cioè di componente ecosistemica trofo-aspecifica), innescando immediatamente il processo patologico.

Per questo motivo, quando parliamo di componente ecosistemica diversa da mela, riferendosi alla specie umana, mai lo possiamo chiamare cibo, ma, al limite, cosiddetto "cibo". Vediamo ora dei cenni di fisiologia comparata relativa alla specie umana, riguardo le componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche, utilizzate oggi ancora (per poco, dovuto a semplicissima selezione naturale, fenomeno che analizzeremo meglio nel capitolo relativo alla scienza ecosistemica) come cosiddetto "cibo" (cosiddetti "prodotti animali, semi e verdure").

Analisi fisiologica comparativa delle componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche (il cosiddetto "cibo"): i cosiddetti "prodotti animali"

Si definiscono "prodotti animali" solo due categorie: "prodotti carnei": "carne", "pesce" e "uova"; e "prodotti lattei": "latte" (e derivati) e "miele" (chiariremo perché è "latteo").

"prodotti carnei". "Carne", "pesce" e "uova", biologicamente sono la stessa cosa, sono scientificamente esattamente 3 cadaveri: la "carne" è un cadavere di animale terrestre, il "pesce" è un cadavere di animale acquatico (cioè carne di pesce), l'"uovo" è un cadavere di cellula animale (cioè carne di cellula). [L'uovo è scientificamente anche definito come

carne liquida, oppure è inoltre definito (anche da infecondato, essendo tutte le sue unità strutturali perfettamente quelle che avrebbero costituito il pulcino) pulcino liquido].

Come tutti i cadaveri, tutti e tre tendono immediatamente e velocissimamente ad andare in putrefazione (cioè in decomposizione anaerobica protidica).

Come si nota dalla definizione scientifica stessa di putrefazione, essa riguarda solo ed esclusivamente le proteine, quindi può avvenire con qualsiasi tipo di cadavere, sia cadavere animale (le cosiddette "carne", "pesce" e "uova"), che cadavere vegetale [i cosiddetti "semi" (cadaveri di embrioni vegetali, cioè "legumi", "cereali", "semi oleosi", ecc.), e tutte le cosiddette "verdure" (cadaveri di piante adulte), mai la frutta, in quanto, come vedremo meglio più avanti, essendo l'unica struttura biologica che, oltre ad avere proteine quasi nulle, le uniche che il nostro corpo assimila completamente e quindi incapaci di andare in putrefazione (in particolare quelle specie-specifiche della mela), è già creata solo ed esclusivamente per essere mangiata (la pianta la colora e la profuma apposta per attrarci, perchè gettando poi il seme la aiutiamo a riprodursi), e quindi trasferisce direttamente la sua totale e potentissima vitalità nel nostro corpo],

ed in maniera addiritura accelerata (dal calore corporeo) se introdotta in un organismo come il nostro, che, essendo "progettato" dalla natura per la digestione e l'assorbimento esclusivamente di alimento a contenuto proteico quasi nullo, la mela, e, al limite la frutta, (i carnivori hanno, ad esempio, un pH dei succo digestivo dello stomaco estremamente più acido del nostro, anche per ridurre al minimo la putrefazione), riuscendo con i nostri succhi gastrici solo ad intaccare minimamente il contenuto proteico dei "cibi" diversi da mela e frutta, lo lascia passare nel nostro intestino basilarmente quasi inalterato e quindi con una composizione molecolare ancora ad altissima capacità putrefattiva, il quale nostro intestino, essendo inoltre più di 4 volte più lungo di quello dei carnivori (i carnivori lo hanno cortissimo proprio perchè i residui di carne devono assolutamente uscire dal corpo prima che aumenti la putrefazione) innesca letteralmente una forte putrefazione.

Putrefazione deriva da "putere"= puzzare, in quanto libera sostanze altamente tossiche e persino molto puzzolenti, come ammoniaca, putrescina, cadaverina, ecc. ed è esattamente per questo motivo che chi si "nutre" ancora anche di cadaveri animali, o ancora anche di cadaveri vegetali (come gli umani ancora "onnivori", vegetariani, vegan, vegan-crudisti, ecc.), ha una defecazione ancora estremamente o decisamente puzzolente, cosa che (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna) avviene in maniera quasi nulla nei fruttariani, e assolutamente del tutto nulla, anzi con un odore addirittura piacevole (come specialmente per le urine) nei melariani di tutto il mondo.

Queste sostanze tossiche derivanti dalla putrefazione all'interno dell'intestino, più molte altre, entrano poi nel sangue, creando prima tossiemia (intossicazione aspecifica del sangue), anche con relativa forte acidificazione, poi tossicosi (intossicazione aspecifica dell'intero organismo), innescando così (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna) l'inizio di qualsiasi malattia, che colpirà nel tempo, iniziando dagli organi più delicati di ognuno, estremamente diversi per ogni singola persona(quindi, se anche la causa è sempre la stessa, la tossicosi, le malattie, che sono quindi solo ed esclusivamente un loro effetto, prendono nomi diversi proprio perchè ad ognuno si intossica prima un organo in particolare, proprio il più debole della persona presa in esame; quindi l'unico modo per guarire è curare solo la causa, la tossicosi, perchè se si tolgono i sintomi, ad esempio con i farmaci o altra medicina alternativa, ma rimane la causa, la malattia prima o poi si ripresenterà in maniera ogni volta molto più grave, o gravissima, o addirittura mortale).

La fortissima acidificazione del sangue prodotta da "carne", "pesce" e "uova", indebolisce, tra l'altro, tutto il delicatissimo sistema immunitario (che sta principalmente proprio nel sangue e che può agire sufficientemente, invece, solo ed esclusivamente a pH=7,41), favorendo, quindi, enormemente ogni forma di patologia.

Il pesce, in particolare, ha una putrefazione ancora più veloce di quella della carne, tanto è vero che nelle pescherie devono aggiungere continuamente ghiaccio proprio per evitare che vada troppo velocemente in putrefazione e che, quindi, puzzi immediatamente. Gli omega 3 contenuti nel pesce, con la cottura diventano addirittura grassi saturi, estremamente dannosi per la salute.

Gli omega 3 migliori in assoluto sono stati rilevati solo ed esclusivamente nella mela (che, tra l'altro, senza cottura, e quindi rimangono assolutamente perfetti), a tal punto che molte aziende oggi estraggono gli omega 3 solo ed esclusivamente dalle mele, per produrre integratori alimentari.

L'uovo, sotto molti aspetti, è anche il cadavere animale (di cellula) più pericoloso per la salute: ad esempio, solo per fare un paragone con la carne, se prendiamo una delle carni più grasse in assoluto, la carne di maiale, separiamo tutto il suo grasso e ci facciamo un piatto a parte, e moltiplichiamo la percentuale di colesterolo contenuto nel piatto di puro grasso di maiale addirittura per 12, otteniamo la percentuale di colesterolo contenuta nell'uovo.

L'uovo ha, quindi, persino 12 volte più colesterolo del grasso di maiale puro.

Il colesterolo è il grasso che più in assoluto si attacca letteralmente sulle pareti interne di tutti i vasi sanguigni (arterie, vene, capillari), determinando, col tempo, fortissima arteriosclerosi, da cui ipertensione, infarto, ictus, ischemia, ecc., che è proprio la prima causa di morte in assoluto nei paesi cosiddetti sviluppati. Tra l'altro, i carnivori hanno l'enzima URICASI,

che serve proprio per demolire l'ALTISSIMO tasso del DEVASTANTE acido urico prodotto dal consumo di carne, mentre, DEL TUTTO AL CONTRARIO, la SPECIE UMANA, come TUTTI gli altri primati fruttivori, E SENZA QUESTO ENZIMA, dimostra ulteriolmente che Mai assolutamente adatta al cadavere nemmeno animale.

La fisiologia comparata, anche quando approfondita moltissimo, mostra, quindi, chiarissimamente che la "carne" è, al limite, "cibo" per carnivori, ad esempio "cibo" per cani [tutte le razze di cane discendono solo ed esclusivamente dal lupo, di cui conservano perfettamente la struttura anatomica e fisiologica tipica del carnivoro (a cominciare dalla dentatura secodonte); da sottolineare che, tuttavia, come già specificato in precedenza, qualsiasi animale in devianza H (come anche cane e gatto) acquista una maggiore salute e longevità se portato gradualmente verso un riassetto H, cioè con cibi sempre più vicini al ciclo H (fruttivoro), passando ovviamente prima per la fase vegan-crudista];

il pesce è, al limite, "cibo" per felini, ad esempio "cibo" per gatti, con una struttura anatomica e fisiologica del tutto carnivora e quindi completamente diversa dalla nostra [i felini, in natura, specialmente in condizioni di acque basse con cospicue quantità di pesci, ne sono ghiotti];

l'uovo è, al limite, "cibo" per rettili, ad esempio "cibo" per serpenti, con struttura anatomica e fisiologica del tutto specializzata e persino completamente opposta alla specie umana.

"Prodotti lattei". Anche "latte" (con i suoi derivati) e "miele", biologicamente sono la stessa cosa, sono scientificamente esclusivamente alimenti per cuccioli (ovviamente, unicamente della specie animale che li produce); il "latte" è l'alimento per cucciolo di mammifero, il "miele" è l'alimento per cucciolo di ape. Vediamo il latte più nel dettaglio.

Il latte di mucca è l'alimento per i cuccioli dei bovini, cioè i vitelli, il latte di capra è l'alimento per i cuccioli dei caprini, il latte di pecora è l'alimento per i cuccioli degli ovini, cioè gli agnelli, ecc.

In altri termini, il latte di mucca è fisiologicamente adatto solo ed esclusivamente ai vitelli, (il latte di mucca è fatto per le mucche), contiene enzimi e fermenti tipici per l'accrescimento dei bovini;

il latte di capra è fisiologicamente adatto solo ed esclusivamente ai cuccioli di capra, (il latte di capra è fatto per le capre), contiene enzimi e fermenti tipici per l'accrescimento dei caprini;

il latte di pecora è fisiologicamente adatto solo ed esclusivamente agli agnelli, (il latte di pecora è fatto per le pecore),contiene enzimi e fermenti tipici per l'accrescimento degli ovini, ecc.

Ogni mammifero, quindi, ha il suo particolarissimo latte specie-specifico, con unità strutturali biochimiche adatte solo ed esclusivamente alla particolarissima fisiologia di una determinata specie animale ed a nessun altra, e che, introdotto eventualmente nell'organismo di un altro mammifero (come l'uomo), è fortemente tossico e crea grandissimi danni a tutti gli organi e apparati di quest'ultimo.

L'unico latte fisiologicamente adatto alla specie umana è, dunque, ovviamente, il latte umano, cioè il latte prodotto dalla femmina del mammifero uomo, il latte di donna (materno).

Ma ciò ancora è del tutto inesatto: l'uomo, esattamente come tutti gli altri mammiferi, deve consumare il latte umano, ma solo fino alla fine dello svezzamento.

Quando il bambino (il cucciolo del mammifero uomo) mette i denti, infatti, è il chiarissimo segnale della natura che ci indica che dal cibo liquido deve passare al cibo solido, (tra l'altro, i denti gradualmente cominciano a creare sempre più dolore sul seno della madre, che, di conseguenza, istintivamente smette di allattarlo).

Dopo di che, sempre come tutti gli altri mammiferi, mai dovrà più bere latte per assolutamente tutto il resto della sua vita; (il latte è un cibo solo ed esclusivamente per lattanti, come dice il termine stesso; infatti, tra l'altro, solo il lattante produce la lattasi, che è proprio l'enzima in grado di digerire il latte; l'adulto, solo se stimolato innaturalmente, ne può produrre una piccolissima quantità comunque insufficiente per digerirlo).

Dunque, se al bambino (o ancora peggio, all'adulto), diamo latte di mucca, di capra o di qualsiasi altro mammifero, creiamo una fortissima intossicazione trofo-aspecifica (che spiegheremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna), che porta velocemente a numerose patologie, e sempre più gravi.

Il latte umano materno, per il bambino, è, invece, talmente perfetto (sempre che la madre si nutra in maniera naturale), che, se (in fase di pre- svezzamento) si alimenta esclusivamente con quel cibo, si noterà subito che il bambino mai si ammalerà, e nemmeno piangerà mai (nè di giorno, nè, tanto meno, di notte), facendo finalmente dormire i poveri genitori di notte, e senza finalmente stressarli enormemente di giorno.

Tutti i derivati del latte (come, ad esempio, i formaggi), essendo praticamente "latte altamente concentrato", sono, ovviamente, di conseguenza, molto altamente più dannosi e tossici; innescano, infatti, una fortissima intossicazione trofo-

aspecifica generale, ma che è addirittura massacrante specialmente sia per l'intero sistema cicolatorio (i grassi animali contenuti, specialmente trigliceridi, aderiscono anche loro nelle pareti interne dei vasi sanguigni, portando velocemente ad arteriosclerosi, ipertensione, infarto, ictus, ischemia, ecc.), e sia per l'intero apparato scheletrico (anche per il motivo che sono fortemente acidificanti, e nemmeno fanno assorbire il calcio, ma il sangue proprio per riequilibrare questa acidificazione, toglie persino l'unica cosa molto alcalinizzante che conosce, il calcio stesso dalle nostre ossa, per rimetterlo nel sangue, e ripareggiare, con gli ioni OH-, tutta l'acidificazione prodotta, provocando, col tempo, anche grave osteoporosi).

Quindi, anche approfondendo al massimo la fisiologia comparata, si nota chiarissimamente che il latte (e nemmeno i suoi derivati) è cibo solo ed esclusivamente per lattanti (mammiferi prima dello svezzamento, ognuno col suo latte specie-specifico), e, specialmente quello di altre specie animali, estremamente tossico per la nostra biochimica e fisiologia di adulti e, per di più, biochimica e fisiologia di una specie completamente diversa.

Vediamo il miele più nel dettaglio.

In natura, l'ape è un insetto che vive mediamente 5 mesi. Il primo mese, quando è ancora allo stadio larvale (definito pupa), il cucciolo di ape, proprio per il suo accrescimento, si nutre solo di miele.

Successivamente, quando l'ape diventa adulta, si nutre solo di nettare, che succhia direttamente dai fiori.

Quindi, il miele è il "latte" delle api (ecco perchè il miele è un prodotto di tipo "latteo"), essendo l'unico cibo con cui il cucciolo di ape si nutre nel suo primo mese di vita, proprio per il suo accrescimento.

La mamma ape, esattamente come noi mammiferi, dopo che si è nutrita col suo cibo specie-specifico, che, nel suo caso è appunto il nettare dei fiori, una parte di esso lo trasforma in miele, che conserva in una sacca interna al suo addome, proprio come fosse il seno di una donna che conserva il latte, e quando torna nell'alveare lo deposita al suo interno, proprio solo ed esclusivamente per dar da mangiare al suo cucciolo di ape, sempre esattamente come fa una madre umana col suo amato piccolo.

Ora, precisamente così come il latte di mucca è fisiologicamente adatto solo ed esclusivamente al cucciolo di bovino, il miele di ape è fisiologicamente adatto solo ed esclusivamente al cucciolo di ape, la larva (detta pupa), (il miele di ape è fatto per le api), contiene enzimi e fermenti tipici per l'accrescimento delle api, centinaia di tipi di sostanze biochimiche completamente diverse da quelle fisiologicamente adatte ad un individuo appartenente alla specie umana, sia in fase di sviluppo che in fase adulta.

Il miele, quindi, essendo cibo per insetti, per la specie umana [che, tra l'altro è proprio quella anche filogeneticamente (evolutivamente) più distante in assoluto dagli insetti, addirittura di molte centinaia di miloni di anni] è decisamente tossico, e crea addirittura una forte acidificazione del sangue, determinando anche spiccata decalcificazione ossea.

Tra le varie sostanze tossiche, il miele contiene anche il tremendo acido formico, che è la stessa sostanza che ci brucia fortissimamente quando solamente sfioriamo l'ortica, o quando appena sfioriamo una medusa.

Tra l'altro, il miele è facilissimo sostituirlo subito con un "cibo" molto più buono, gustoso e vario: la marmellata (oggi si trova anche senza zuccheri o altre sostanze aggiunte, quindi 100% frutta), o, ancora meglio, con la marmellata fruttariana (cruda), la cui composizione si trova più avanti, nel ricettario fruttariano, che essendo, appunto, frutta, la può mangiare anche, come eccezione (in fase iniziale), un fruttariano, o addirittura, sempre come eccezione (in fase iniziale), un melariano (visto che quella di mele è ottima); inoltre, se il miele si usava come dolcificante (in bevande, dolci, ecc.), si può sostituirlo subito anche con un prodotto anch'esso molto più buono: il succo di mela concentrato [tra l'altro, è importante sostituire subito pure lo zucchero da cucina (di qualsiasi tipo; è sempre molto acidificante e tossico) sempre con il succo di mela concentrato].

Quindi, anche approfondendo al massimo la fisiologia comparata, si nota chiarissimamente che il miele è cibo per insetti (cuccioli di ape), con una struttura anatomica e fisiologica lontanissima dalla nostra specie.

Analisi fisiologica comparativa delle componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche (il cosiddetto "cibo"): i cosiddetti "prodotti vegetali" (diversi da mela, e da frutta).

Fisiologia comparata e finalità biologica di strutture vegetali: FINALITA' BIOLOGICA DELLA FRUTTA E FINALITA' BIOLOGICA DEI SEMI

Vediamo ora, perchè, tramite specialmente la fisiologia comparata, qualsiasi altra fonte vegetale diversa da frutta [i cosiddetti "semi" (per esempio legumi, cereali, semi oleosi, ecc.) e le cosiddette "verdure" (per esempio radici, fusti, foglie, fiori, ecc.)], nemmeno è molto lontanamente, nutrizionalmente compatibile con la fisiologia della nostra specie. E' molto semplice: mentre IL FRUTTO HA UNA FINALITA' BIOLOGICA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ALIMENTARE, Cioè il frutto

è progettato dalla natura solo ed esclusivamente per essere mangiato (dal relativo animale specie-specifico), [infatti la pianta, visto che è ferma e nemmeno può gettare il seme lontano da lei (se tutti i semi cadessero perpendicolarmente sotto la pianta madre, le piante figlie si soffocherebbero a vicenda, ma soffocherebbero anche la pianta madre) circonda suo figlio (il seme) con questa polpa COLORATA, PROFUMATA e DOLCE (il frutto) proprio per ATTRARRE l'animale specie-specifico, facendo esattamente in modo tale che, mangiandone la polpa, getterà (o defecherà) poi istintivamente il seme contenuto in essa anche lontano da lei, consentendo così alla pianta madre letteralmente di partorire il suo vero e proprio "cucciolo vegetale" (il seme)],

IL SEME (essendo il figlio della pianta, la quale spende la quantità di energia massima di tutta la sua fisiologia per produrlo), esattamente al contrario, HA UNA FINALITA' BIOLOGICA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE RIPRODUTTIVA, cioè il seme serve alla pianta solo ed esclusivamente per riprodursi.

Proprio per questo motivo (come vedremo meglio più avanti), la pianta madre è talmente "terrorizzata" che qualcuno possa uccidere i suoi figli (semi),

CHE LI RIEMPIE DELLE FAMOSE SOSTANZE SECONDARIE (specialmente quelle cosiddette "killer") che sono la categoria di sostanze biochimiche TRA LE PIU' TOSSICHE IN ASSOLUTO che esistono in natura, e che sono dette "secondarie (killer)" proprio perchè mai partecipano alla fisiologia normale (primaria) della pianta, ma sono prodotte da essa solo ed esclusivamente CON L'UNICO E PRECISO SCOPO DI UCCIDERE (o come minimo danneggiare di molto) l'eventuale animale, COMPRESO L'UOMO, CHE SI AZZARDASSE MINIMAMENTE A MANGIARNE.

Questo vale, ovviamente, per TUTTI I SEMI, compreso ovviamente tutti i LEGUMI (come fagioli, lenticchie, ecc.), (sono i semi i più tossici in assoluto, dal punto di vista delle sostanze secondarie ma, tra l'altro, anche per la quantità disastrosa, soprattutto per la nostra specie, di proteine, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna),

tutti i CEREALI (da cui anche pasta, pane, pizza, riso, ecc.), (ancora molto tossici sia a livello di sostanze secondarie, sia per la quantità enormemente eccessiva del carboidrato meno adatto in assoluto alla nostra specie, l'amido, come vedremo meglio sempre nel predetto capitolo),

e tutti i SEMI OLEOSI (come noci, mandorle, arachidi, pistacchi, nocciole, ecc.), (molto tossici sia a livello di sostanze secondarie, sia per la quantità disastrosa per la nostra specie di proteine, tra l'altro, anche per la quantità enormemente e talmente eccessiva di grassi che addirittura inesistente in altri "alimenti", come vedremo meglio ancora nel predetto capitolo).

CEREALI E LEGUMI (e semi analoghi) SONO al limite "CIBO" DA UCCELLI GRANIVORI, ad esempio, CIBO PER GALLINE, ed ASSOLUTAMENTE MAI PER LA SPECIE UMANA, CHE HA UNA STRUTTURA DIGERENTE, SIA ANATOMICA CHE FISIOLOGICA, ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA

Le uniche specie animali che riescono, anche se molto parzialmente, ad attutire l'impatto violentissimo delle sostanze secondarie (l'animale, compreso l'uomo, se ne accorge poco nell'immediato, ma le sue cellule moltissimo, e, specialmente alla lunga, si riscontrano gli effetti patologici, che analizzeremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna) e delle altre caratteristiche estremamente negative dei semi a livello nutrizionale, sono, ad esempio, gli UCCELLI GRANIVORI (da "granum", inteso come CEREALE o seme analogo, tipo anche LEGUME, ecc.), che, però,

HANNO UNA STRUTTURA DIGERENTE ANATOMICAMENTE E FISIOLOGICAMENTE ESTREMAMENTE DIVERSA DALLA NOSTRA SPECIE, E ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA.

Innanzi tutto sono assenti di una dentatura, afferrano il chicco (il seme) col loro becco, e lo deglutiscono assolutamente intero.

Subito dopo ogni seme deve passare attraverso una sacca esofagea, l'ingluvie (che, ovviamente, assente in noi), per subire tutta la prima fase, biochimicamente e fisiologicamente molto complessa, della digestione.

Lo stomaco, poi, ha una struttura, sia anatomica che fisiologica, ancora totalmente diversa da quello della nostra specie: è composto addirittura di due settori totalmente separati e molto diversi tra loro,sia anatomicamente che fisiologicamente; la prima è il proventriglio (è una sorta di sacca pregastrica, assente in noi), dove il seme deve subire una seconda e maggiomente fisiologicamente complessa fase della digestione.

Gli uccelli granivori sono in grado, poi, col il loro stesso secondo e complesso settore dello stomaco, il ventriglio, visto che esso è dotato anche di una muscolatura estremamente potente (assente in noi), e grazie, inoltre, a persino dei piccoli sassi che ingeriscono appositamente, di frantumare ed addirittura macinare il chicco, e, successivamente, iniziare una terza ed ancora più fisiologicamente complessa fase della digestione, tramite anche l'azione particolare di un sistema enzimatico molto specifico. Dopo queste, che sono solamente alcune delle enormi differenze tra un sistema digerente adatto ai semi e

quello della specie umana, come fase successiva, il seme, così modificato, deve passare attraverso una struttura enterica ancora estremamente differente, ad esempio:

- l'intestino ha mediamente una lunghezza di appena 6 volte la lunghezza del tronco (addirittura meno della metà di quella dell'uomo, visto che anche i residui digestivi deisemi devono uscire velocemente dall'organismo per evitare sia fermentazione che putrefazione);

- all'inizio dell'intestino terminale si trovano due ciechi laterali e persino molto sviluppati (assente in noi), con funzioni molto specifiche per le ulteriori fasi molto complesse della digestione dei semi;

- all'ultimo tratto dell'intestino è annesso anche un organo molto peculiare della digestione dei semi, la borsa di Fabrizio (che, ovviamente, assente in noi), che ha una natura linfoide del tutto diversa da quella della specie umana; ecc.

Le enormi differenze continuano, poi, dallo stesso intestino fino a tutti gli altri organi e settori anatomo-fisiologici del sistema digerente, come nel fegato, nella cistifellea, ecc. Ma, come accennavamo, queste sono solo alcune delle enormi differenze tra un sistema digerente adatto ai semi (legumi, cereali, ecc.) e quello della specie umana, che è, appunto, sia dal punto di vista anatomico sia fisiologico, addirittura totalmente opposto.
Dunque, I CEREALI (da cui anche pasta, pane , ecc.), I LEGUMI, ecc. SONO al limite "CIBO" DA UCCELLI GRANIVORI, ad esempio, "CIBO" PER GALLINE, ASSOLUTAMENTE MAI PER LA SPECIE UMANA, CHE HA UNA STRUTTURA DIGERENTE, SIA ANATOMICA CHE FISIOLOGICA, ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA, FINO AL MINIMO DETTAGLIO BIOCHIMICO, E PERSINO BIOFISICO.

Tentativo DISPERATO e conclusivamente PATOLOGICO della specie umana di "alimentarsi" con il "CIBO" PER GALLINE (semi)

Che la specie umana sia assolutamente inadatta ai semi, che, al limite, sono un "cibo" per galline, è anche assolutamente evidente:

infatti, noi, se proviamo a masticare, ad esempio, un chicco di grano rischiamo immediatamente di spaccarci un dente (questo è già un chiarissimo messaggio della natura per dirci che è INadatto alla nostra specie), per cui mai potendo masticarlo dobbiamo faticosissimamente progettare e poi costruire potenti macchinari per macinarlo, distuggendo completamente, tra l'altro, tutte le fibre; ma anche così mai riusciamo a mangiarlo, perchè la farina cruda ci fa ancora schifo (in quanto la nostra papilla gustativa, specialmente disintossicata, è neurofisiologicamente adatta solo alla frutta).

Dobbiamo, allora, anche addirittura cuocerla, alterando così ulteriolmente l'intera sua struttura biochimica, distruggendo, tra l'altro, tutte le molecole termolabili, ma anche così la farina cotta e basta, se proviamo a mangiarla ci fa ancora schifo, sempre semplicemente perchè la nostra papilla gustativa è progettata esclusivamente per la frutta, e, quindi, per riuscire ad inghiottire quell'ormai mucchio di sostanze sempre più tossiche, dobbiamo riuscire ad ingannare la nostra papilla gustativa di fruttivoro e, di conseguenza, dobbiamo, come unica possibilità, circondarlo assolutamente di frutta, e cioè condirlo con i condimenti classici [ad esempio, olio (che è un frutto, l'oliva), pomodoro (che è un frutto), ecc.], e solo allora, finalmente, riusciamo ad inghiottire il chicco di grano iniziale.

Quando però, tra l'altro, le sue sostanze entrano in circolo ed arrivano alla cellula, essendo quest'ultima appartenente ad una specie fruttivora, essa mai le riconosce e quindi verrà solo ESTREMAMENTE INTOSSICATA ASPECIFICAMENTE, e col tempo l'accumulo di tossine aspecifiche porta a tutte le possibili patologie (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna).

I SEMI OLEOSI (come noci, nocciole, ecc.), (e semi analoghi), SONO al limite "CIBO" PER ANIMALI SEMIVORI (RODITORI), ad esempio, CIBO PER SCOIATTOLI, ed MAI ASSOLUTAMENTE PER LA SPECIE UMANA, CHE HA UNA STRUTTURA DIGERENTE, SIA ANATOMICA CHE FISIOLOGICA, ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA

L'analogo degli uccelli granivori, cioè come uniche specie animali che riescono, anche se molto parzialmente, ad attutire l'impatto violentissimo delle sostanze secondarie (si deve sottolineare che l'animale, compreso l'uomo, se ne accorge poco nell'immediato, ma le sue cellule moltissimo, e, specialmente alla lunga, si riscontrano gli effetti patologici, che analizzeremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna) e delle altre caratteristiche estremamente negative dei semi a livello nutrizionale, sono, nel campo dei semi oleosi (o analoghi), gli ANIMALI SEMIVORI (da "semen"= seme, inteso come SEME OLEOSO, come noci, nocciole, mandorle, ecc., o seme analogo); (solo in condizioni innaturali, cioè in condizioni di squilibrio ecosistemico specie-specifico, che comporti carenza di semi oleosi, può usare altro tipo di seme), detti anche "RODITORI" (da "radere", che significa raschiare, procedura biomeccanica alternata che usano per rompere i gusci dei semi), che, però, (anch'essi, ovviamente con dettagli diversi) HANNO UNA STRUTTURA DIGERENTE ANATOMICAMENTE E FISIOLOGICAMENTE ESTREMAMENTE DIVERSA DALLA NOSTRA SPECIE, MA ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA.

Innanzi tutto la dentatura ha ancora persino una impostazione di base che è proprio diamentralmente opposta (sempre ovviamente su altri dettagli rispetto alle altre dentature) alla dentatura bunodonte fruttivora della specie umana:

gli animali SEMIVORI (roditori) hanno, infatti, una DENTATURA SCALPRODONTE (da "scalprum"= scalpello, cioè con le cuspidi generali e delle corone dentarie a forma proprio di scalpello ed addirittura affilatissimo, a cominciare dagli incisivi enormi e, appunto, affilatissimi, fino ai molari con corona dotata di cuspidi a creste trasversali, la cui funzionalità anatomica è perfetta proprio, rispettivamente, per spaccare il guscio durissimo dei semi oleosi, e, poi, per triturare i semi fino a minutissimi frammenti, cioè letteralmente polverizzarli).
Rispetto alla dentatura ed all'intero sistema digerente della specie umana, c'è una differenza totale ed assoluta, addirittura su ogni singolo dettaglio, ad esempio:

- gli incisivi sono a CRESCITA ASSOLUTAMENTE CONTINUA, proprio per contrastare l'enorme usura dovuta proprio all'azione biomeccanica di raschiatura che devono effettuare per rompere il guscio durissimo dei semi oleosi;

- ASSENZA ASSOLUTA DEI CANINI (addirittura senza nessuna eccezione in tutti gli animali semivori).

Questo parametro anatomico è assolutamente fondamentale, in quanto conferma ancora una volta che NESSUNA SPECIE ANIMALE AL MONDO ADATTA ALLA NUTRIZIONE DI QUALSIASI TIPO DI SEME POSSIEDE CANINI (a cominciare, appunto, dagli animali semivori, fino agli uccelli granivori, che sono senza una dentatura).

Quindi, PROPRIO IL DATO DI FATTO CHE LA SPECIE UMANA POSSIEDE CANINI (per di più bunodonti, cioè specializzati per l'azione biomeccanica sulla configurazione strutturale di un frutto particolare, come abbiamo visto nel capitolo relativo all'anatomia comparata e morfologia funzionale comparata fitozoologica)

E' UNA DELLE PROVE SCIENTIFICHE ASSOLUTE NEL CAMPO DELL'ANATOMIA COMPARATA, CHE L'UOMO E' UNA SPECIE ANIMALE DEL TUTTO INADATTA AI SEMI (DI QUALSIASI TIPO, dai legumi, ai cereali, ai semi oleosi, ecc.).

- la mascella è strutturata per BASCULAZIONE MASTICATORIA ACCENTUATA E LONGITUDINALE (proprio in maniera opposta alla specie umana, in cui la mascella è strutturata per una basculazione masticatoria che è leggerissima e assolutamente laterale, addirittura con oscillazione a 90 gradi rispetto l'asse longitudinale) proprio per permettere ai molari scalprodonti (e mai bunodonti come quelli umani), e specialmente alle cuspidi a creste trasversali, di procedere con un'azione biomeccanica sulla struttura del seme che consente la sua indispensabile persino polverizzazione;

- (sempre in maniera del tutto opposta a quella umana), la MUSCOLATURA relativa a tutto l'apparato masticatorio è assolutamente POTENTISSIMA (specialmente il massetere);

La differenza in opposizione addirittura totale, SIA DAL PUNTO DI VISTA ANATOMICO CHE FISIOLOGICO si verifica, poi, persino con la restante struttura DELL'INTERO SISTEMA DIGERENTE.

I SEMI OLEOSI (NOCI, NOCCIOLE, MANDORLE, ECC.) SONO al limite "CIBO" PER ANIMALI SEMIVORI, ad esempio, "CIBO" PER SCOIATTOLI, ASSOLUTAMENTE NON PER LA SPECIE UMANA, CHE HA UNA STRUTTURA DIGERENTE, SIA ANATOMICA CHE E FISIOLOGICA, ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA, FINO AL MINIMO DETTAGLIO BIOCHIMICO, E PERSINO BIOFISICO.

Qualsiasi "cibo" cotto è fortemente tossico: una delle prove scientifiche più dirette è che provoca anche la LEUCOCITOSI DIGESTIVA.

IN NATURA E' TOTALMENTE ASSENTE IL CIBO COTTO, infatti, SIAMO L'UNICO ANIMALE CHE CUOCE I CIBI

Tra l'altro, è fondamentale notare che qualsiasi cibo cotto provoca la famosa leucocitosi digestiva, una reazione difensiva del sistema immunitario del nostro organismo, in quanto la molecola cotta (avendo una struttura ormai biofisicamente decisamente modificata) viene sempre riconosciuta addirittura come corpo estraneo e tossico per l'organismo stesso, dimostrando che comunque il cibo cotto (di qualsiasi tipo) è sempre un elemento fortemente tossico per l'intero organismo.

D'altronde era anche ovvio, perchè IN NATURA E' INESISTENTE IL CIBO COTTO, infatti, SIAMO L'UNICO ANIMALE CHE CUOCE I CIBI.

(Anche la NATURA stessa ci indica che, come tutte le altre specie animali, siamo fisiologicamente adatti UNICAMENTE al cibo CRUDO, visto pure che anche l'alimento, IL LATTE MATERNO UMANO, che la NATURA stessa usa, proprio in maniera TOTALMENTE ESCLUSIVA, per farci crescere PERFETTAMENTE proprio nel periodo in cui RADDOPPIAMO e

TRIPLICHIAMO il nostro peso in poche settimane e mesi, è PERFETTAMENTE CRUDO).

ANCHE SOLO IL FATTO CHE UNA COSA DEVE ESSERE NECESSARIAMENTE COTTA PER ESSERE MANGIATA, SIGNIFICA CHIARAMENTE CHE E' INADATTA ALLA NOSTRA SPECIE.

Fisiologia comparata e finalità biologica delle altre strutture vegetali: foglie, fusti, radici, fiori, ecc., cioè le cosiddette "verdure", quindi, FINALITA' BIOLOGICA DELLE "VERDURE".

Per quanto riguarda le cosiddette "verdure" (come lattuga, cavoli, finocchi, carote, patate, cavolfiore, ecc.), vale lo stesso identico discorso sui semi: hanno nessuna finalità biologica alimentare, cioè mai fatte dalla natura per essere mangiate (come il frutto), in quanto LA FINALITA' BIOLOGICA DI UNA "VERDURA" (che è una pianta erbacea) E' LA SUA STESSA VITA.

E, infatti, ogni pianta, come qualsiasi essere vivente, addirittura fa di tutto per salvarsi la vita (come quando gli strappiamo le radici o strutture simili, come nel caso, ad esempio, di carote, ravanelli, patate, ecc.), ma anche per evitare di farsi amputare anche uno solo qualsiasi dei suoi organi(come, ad esempio, quando tagliamo il fusto di una pianta di lattuga o di cavolo per prendergli le foglie, chesono i suoi polmoni la struttura più importante di quell'intera pianta erbacea): cioè,

OGNI PIANTA METTE NEI SUOI TESSUTI LE STESSE SOSTANZE SECONDARIE ALTAMENTE TOSSICHE (specialmente quelle killer) che mette nei semi per difendere i suoi figli, proprio solo ed esclusivamente (come per i semi) CON L'UNICO E PRECISO SCOPO DI UCCIDERE (o come minimo danneggiare di molto) l'eventuale animale, COMPRESO L'UOMO, CHE SI AZZARDASSE MINIMAMENTE A MANGIARNE.

LE "VERDURE" SONO al limite "CIBO" PER ANIMALI ERBIVORI, ad esempio, CIBO PER CAPRE, ed ASSOLUTAMENTE NON PER LA SPECIE UMANA, CHE HA UNA STRUTTURA DIGERENTE, SAI ANATOMICA CHE FISIOLOGICA, ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTA

Le uniche specie animali che riescono, anche se molto parzialmente, ad attutire l'impatto violento delle sostanze secondarie (come per i semi, l'animale, compreso l'uomo, se ne accorge poco nell'immediato, ma le sue cellule moltissimo), e delle altre caratteristiche negative delle cosiddette "verdure" a livello nutrizionale, sono appunto gli ANIMALI ERBIVORI, che, però,

HANNO UNA STRUTTURA DIGERENTE ANATOMICAMENTE E FISIOLOGICAMENTE ESTREMAMENTE DIVERSA DALLA NOSTRA.

Innanzi tutto hanno una dentatura enormemente diversa dalla nostra: come abbiamo visto nel capitolo relativo all'anatomia comparata, GLI ERBIVORI HANNO UNA DENTATURA SELENODONTE, (addirittura anche a "raspa") capace di una macerarazione meccanica opportuna della pianta erbacea, e capace anche di lavorare le fibre di cellulosa in modo tale da poter essere digerite successivamente, cosa che a noi con la nostra dentatura bunodonte e' impossibile fare.

I MOLARI SELENODONTI DEGLI ERBIVORI, sempre in maniera del tutto opposta ai nostri molari bunodonti, SONO A CRESCITA ASSOLUTAMENTE CONTINUA.

La mascella è strutturata per BASCULAZIONE MASTICATORIA ACCENTUATISSMA E LATERO-ROTATORIA (sempre in maniera estremamente diversa dalla specie umana, in cui la mascella, come abiamo visto, è strutturata per una basculazione masticatoria che non solo è leggerissima e solo laterale ma assolutamente mai rotatoria) proprio per permettere ai molari selenodonti (e non bunodonti come quelli umani), e specialmente alle cuspidi a mezzaluna disposte proprio come una "raspa" efficacissima, di procedere con un'azione biomeccanica sulla struttura delle fibre cellulosiche che consente l'indispensabile persino triturazione finissima della pianta erbacea.

Una volta giunta, la pianta erbacea modificata, nello stomaco, L'ERBIVORO HA, poi, ESATTAMENTE L'ENZIMA CHE SERVE PER DIGERIRE LA CELLULOSA, cioè LA CELLULASI, enzima che alla nostra specie, MANCANDO ASSOLUTAMENTE, dimostra (ancora una volta, ed insieme a tantissime altre caratteristiche fisiologiche) che NEMMENO POSSIAMO ESSERE ERBIVORI, e, di conseguenza, LA SPECIE UMANA E’ ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE INADATTA ALLE COSIDDETTE “VERDURE”.

Ma la struttura della cellulosa è talmente energeticamente coesiva che addirittura l'enzima cellulasi è insufficiente, e per questo motivo GLI ERBIVORI, NEL LORO SISTEMA DIGERENTE, HANNO UNA TIPOLOGIA PARTICOLARE DI BATTERI (che, ancora una volta, ASSENTE NELLA LA SPECIE UMANA) che aiutano in continuazione alla scissione molecolare della cellulosa.

Dopo queste, che sono solamente alcune delle enormi differenze tra un sistema digerente adatto alle "verdure" e quello della specie umana, come fase successiva, la pianta erbacea, così modificata, deve passare attraverso una struttura enterica ANCORA ESTREMAMENTE DIFFERENTE. Infatti, ad esempio, la digestone delle piante erbacee ha

successivamente bisogno anche, appunto, di una complessa fase di digestione enterica, che può avvenire solo ed esclusivamente in un intestino a fisiologia erbivora, che, inoltre, deve avere una lunghezza di

OLTRE 24 VOLTE LA LUNGHEZZA DEL TRONCO (anche questo DEL TUTTO CONTRARIAMENTE a quello umano, il cui intestino, oltre a possedere una FISIOLOGIA assolutamente TIPICA dell'animale FRUTTIVORO, è lungo solo 13 volte la lunghezza del tronco).

Le ENORMI differenze continuano, poi, dallo stesso intestino fino a tutti gli altri organi e settori anatomo-fisiologici del sistema digerente, come nel fegato, nella funzionalità pancreatica, ecc.

Ma, come accennavamo, queste sono solo alcune delle enormi differenze tra un sistema digerente adatto alle "verdure" e quello della specie umana, che è, appunto, sia dal punto di vista ANATOMICO sia FISIOLOGICO, addirittura del tutto ESTREMAMENTE DIVERSO.

Dunque, LE "VERDURE" SONO al limite "CIBO" DA ANIMALI ERBIVORI, ad esempio, "CIBO" PER CAPRE, ASSOLUTAMENTE MAI PER LA SPECIE UMANA, CHE, ancora una volta, HA UNA STRUTTURA DIGERENTE, SIA ANATOMICA CHE FISIOLOGICA, ADDIRITTURA DEL TUTTO ESTREMEMENTE DIVERSA, FINO AL MINIMO DETTAGLIO BIOCHIMICO, E PERSINO BIOFISICO.

Conclusione scientifica della FISIOLOGIA COMPARATA

E' ovvio, quindi, anche alla luce delle conclusioni scientifiche sperimentali, sia della paleoantropologia, dell'anatomia comparata e della morfologia funzionale comparata fitozoologica, e anche della fisiologia comparata, che SE UN UOMO, cioè un individuo appartenente ad una specie a struttura anatomica e fisiologica assolutamente fruttivora, in particolare esattamente malivora, come quella umana,

INTRODUCE NEL SUO ORGANISMO

[oltre a "cibo" per cani ("carne"), a "cibo" per gatti ("pesce"), a "cibo" per serpenti ("uova"), a cibo per lattanti (persino di altre specie), (latte o, peggio, suoi derivati), a cibo per insetti (miele)] ANCHE "CIBO" PER GALLINE (cereali, legumi, ecc.), "CIBO" PER SCOIATTOLI (semi oleosi, ecc.), E "CIBO" PER CAPRE (le cosiddette "verdure"), MAI PUO' PRETENDERE DI ESSERE IN BENCHE' MINIMA SALUTE, SPECIALMENTE DOPO ALCUNI ANNI (come vedremo meglio anche nei capitoli relativi alla scienza dell'alimentazione moderna, patologia moderna e terapeutica moderna).

Inoltre, all'interno delle categorie della frutta, anche a livello di fisiologia comparata, è subito chiaro che ogni tipologia di frutto esistente è fisiologicamente adatto ad una particolare specie animale, con il quale ha condiviso almeno milioni di anni di co-evoluzione nello stesso ecosistema specie-specifico per entrambi.

Riguardo l’uomo, tramite l'analisi fisiologica comparativa di cui parleremo nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, esiste SOLO ed ESCLUSICAMENTE un frutto al mondo che è COMPATIBILE con la FISIOLOGIA della SPECIE UMANA: la MELA.

Come vedremo meglio, ciò avviene dal campo proteico, a quello lipidico, vitaminico, minerale, idrico, ecc., qualitativo e quantitativo, ma in questa sede di fisiologia comparata evidenziamo l'analisi comparativa glucidica: tutti i frutti del pianeta hanno sempre una prevalenza di glucosio rispetto al fruttosio, tranne la mela che è proprio l'UNICO frutto esistente che ha una nettissima prevalenza di fruttosio rispetto al glucosio, cioè il famoso RAPPORTO FRUTTOSIO/glucosio PIU’ ALTO IN ASSOLUTO AL MONDO; nella mela rossa stark raggiunge il picco massimo di persino 92/8, portando il fruttosio ad essere quasi l'unico carboidrato presente in essa (è importante ricordare che il fruttosio, per essere salutare, deve essere assolutamente naturale, nella nostra specie accompagnato dalle molecole ausiliarie presenti proprio nella mela, e comunque mai prodotto industrialmente o con qualsiasi metodo artificiale).

Per capire l'importanza del fruttosio occorre ricordare che qualsiasi cellula, da vegetale ad animale, MAI può utilizzare il glucosio direttamente, ma quest’ultimo deve essere prima assolutamente TRASFORMATO in FRUTTOSIO (fenomeno noto come prima parte della glicolisi), trasformazione che prevede, tra l'altro, la produzione e sostituzione indotta continua (che sarà spiegata più in dettaglio) di almeno due enzimi specifici proprio per questa traformazione, evento che implica anche un GRANDE SPRECO di ENERGIA e LAVORO per ogni molecola, moltiplicato per TUTTI i miliardi di MILIARDI di molecole di glucosio al giorno;

ora, questa netta PREVALENZA di fruttosio sul glucosio è ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE per la salute di un individuo della SPECIE UMANA, in quanto la massima evoluzione biochimica presente in essa ha portato l'intero sistema materiale biochimico umano ad una situazione di MINIMA ENERGIA metabolica, tale che essa ormai PRETENDE proprio la MASSIMA PREVALENZA di FRUTTOSIO rispetto al glucosio; in altri termini, per il principio della minima energia, la specie più evoluta biochimicamente è ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE adatta al sistema materiale carpico (frutto) che determina minor spreco di energia (MELA); cosa, come abbiamo visto, perfettamente confermata anche dalla anatomia e

morfologia funzionale comparata fitozoologica, e, come vedremo, pure dalla massima potenza salutistica e perfino terapeutica della mela sul nostro organismo;

infatti, questa prevalenza di fruttosio sul glucosio è ESSENZIALE per la salute dell'organismo UMANO, oltre che per tutti gli INNUMEREVOLI motivi cha saranno elencati nel predetto capitolo, SOPRATTUTTO PER LA SALUTE esattamente del NOSTRO CUORE:

questo anche in quanto è ormai arcinoto che specialmente la CELLULA CARDIACA della specie umana ha una DIFFICOLTA' ENORME a compiere la prima parte della glicolisi, cioè a compiere ogni volta la trasformazione del glucosio in fruttosio, portando il CUORE UMANO stesso, per non avere alterazioni sempre più DANNOSE del suo funzionamento, a PRETENDERE DIRETTAMENTE il FRUTTOSIO.

Questa è un'ennesima PROVA SCIENTIFICA, stavolta anche di FISIOLOGIA COMPARATA, che la SPECIE UMANA ha una STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA ASSOLUTAMENTE MALIVORA.

Cap. 4: SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE moderna

La SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE (umana) è la scienza che studia l'interazione trofica crono-quali-quantitativa naturale relativa alla specie umana (in altri termini, è la scienza che studia il fenomeno della nutrizione umana, a livello qualitativo, quantitativo e temporale, sotto ogni profilo scientifico).

La versione MODERNA di questa scienza si basa soprattutto sulla precisissima ed evolutissima OLOSCIENZA, accennata nell'introduzione del testo, comprese anche tutte le scienze (branche oloscientifiche) esposte in questo testo, grazie soprattutto al lavoro delle CENTINAIA di SCIENZIATI predetti, provenienti da ogni parte del pianeta e da OGNI SETTORE della SCIENZA MODERNA, i quali solo INCROCIANDO i loro DATI SCIENTIFICI PIU' AVANZATI AL MONDO relativi alla SPECIE UMANA, sono riusciti ad ottenere, a cominciare dalla SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA e TERAPEUTICA MODERNA, dei risultati TALMENTE RISOLUTIVI sul MANTENIMENTO PERFETTO della SALUTE dell'individuo della SPECIE UMANA fino persino alla GUARIGIONE TOTALE di TUTTE le PATOLOGIE ad essa relative, che mai si sarebbero potuti ottenere nemmeno con altre MIGLIAIA di anni di ricerche scientifiche SEPARATE, UNITE ora solo ed esclusivamente grazie all'evolutissima OLOSCIENZA, che, come abbiamo visto nell'introduzione e vedremo meglio, è un PERFEZIONAMENTO TOTALE dell'intera SCIENZA MODERNA.

Per conoscere l'ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA è del tutto INDISPENSABILE conoscere ALMENO i fondamenti scientifici relativi alla sua struttura ANATOMICA-COMPARATA e alla sua struttura FISIOLOGICO-COMPARATA (esposti nei due precedenti capitoli insieme alla fondamentale MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITO-ZOOLOGICA, e sono anche essenziali tutte le altre CONFERME SCIENTIFICHE SPERIMENTALI relative alla paleoantropologia trofica, medicina moderna, tra cui sono essenziali l'EZIOPATOGENETICA MODERNA,che costituisce anche finalmente il legame scientifico COMPLETO tra nutrizione e patologia, e la TERAPEUTICA MODERNA basata proprio sull'alimentazione specie-specifica della specie umana, ormai PARAMETRI TOTALMENTE BASILARI della scienza dell'alimentazione moderna, esposti nei capitoli relativi):

SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con ALMENO questi parametri scientifici MODERNI, l'operatore nel campo nutrizionale scientifico MODERNO, dal PROFESSORE di SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE fino al nutrizionista di base, sono in grado di consentire il mantenimento della SALUTE PERFETTA, e, come vedremo, addirittura di RIPRISTINARLA PERFETTAMENTE anche partendo dalle patologie PIU' GRAVI AL MONDO(fino pure al perfetto ristabilimento del peso corporeo IDEALE, iniziando da qualsiasi situazione SOVRAPPESO o SOTTOPESO).

L'analisi SCIENTIFICA del fenomeno della NUTRIZIONE UMANA, per motivi di gradualità predetti, comincia dal profilo par-scientifico sub-atomico, che si ottiene INCROCIANDO I DATI SCIENTIFICI della biofisica particellare umana, della biofisica nucleare umana, della meccanica quantistica applicata al sistema materiale umano, ecc.,

in quanto per poter comprendere almeno minimamente il tipo di alimentazione ADATTA alla SPECIE UMANA, occorre poi INCROCIARE anche i suddetti dati subatomici con quelli relativi alla biologia molecolare umana, biochimica nutrizionale, fisiologia umana, fino a quelli della filogenetica paleoantropologica nutrizionale moderna, dell'anatomia comparata dei sistemi digerenti, dell'evolutissima morfologia funzionale comparata fitozoologica, della zoo-trofologia comparata moderna, della fisiologia comparata, ecc.,

tutte SCIENZE che, come abbiamo visto e vedremo meglio più avanti, attraverso anche le tecniche più avanzate dell'OLOSCIENZA, portano chiarissimamente ad un DATO SCIENTIFICO DEL TUTTO CENTRALE nella SCIENZA dell'ALIMENTAZIONE MODERNA:

la SPECIE UMANA ha totalmente la STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA TIPICA DEGLI ANIMALI FRUGIVORI, più esattamente FRUTTIVORI, in particolare, struttura anatomo-fisiologica MALIVORA, con il relativo ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO MALUM-STARK, la cui struttura biochimica fino all'analisi comparativa filogenetica con la specie umana approfondiremo più avanti

[proprio del tutto OPPOSTO alla dizione estremamente PRIMITIVA "onnivora" e ormai DEL TUTTO SUPERATA dalla SCIENZA MODERNA, che, come abbiamo visto e vedremo meglio, inesistente per QUALSIASI specie animale, ma addirittura costituisce proprio la CONDIZIONE INNATURALE PIU' PATOLOGICA IN ASSOLUTO a cominciare esattamente dalla EVOLUTISSIMA BIOCHIMICA e BIOFISICA della SPECIE UMANA, e che porta alla locuzione più involontariamente criminale, che sta LETTERALMENTE UCCIDENDO MILIONI di persone nel mondo, del mangiare "poco ma di TUTTO", come fossimo dei piccoli BIDONI della SPAZZATURA, suddetta dizione e locuzione che dimostrano LA PIU' TOTALE INCOMPETENZA sul piano nutrizionale di chi le pronuncia, e come vedremo nel capitolo relativo alla MEDICINA MODERNA, dall'EZIOPATOGENETICA MODERNA fino alla TERAPEUTICA MODERNA, sono proprio esattamente l'ORIGINE della micidiale TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA, cioè l'UNICA CAUSA PATOGENA di TUTTE le cosiddette "malattie", che ancora oggi provoca la SOFFERENZA e la MORTE di CENTINAIA di MILIONI di persone nel mondo, fuori e dentro gli ospedali di tutto il pianeta]. Le ULTERIORI CONFERME dei suddetti DATI

SCIENTIFICI MODERNI si ottengono poi INCROCIANDOLI anche con i dati scientifici più avanzati della MEDICINA MODERNA (come vedremo meglio nel relativo capitolo), visto pure che l'unico VERO PARAMETRO SCIENTIFICO per stabilire l'alimentazione ADATTA alla SPECIE UMANA è la SALUTE PERFETTA.

E' INDISPENSABILE apprendire SPECIALMENTE dall'analisi del fabbisogno nutrizionale INDOTTO, a cominciare dal fabbisogno proteico INDOTTO, alla biomeccanica molecolare incrementale PATOGENA del fabbisogno proteico INDOTTO in tutti i modelli "alimentari" ASPECIFICI, all'EZIOPATODINAMICA relativa anche alla massacrante USURA PROTEICA INDOTTA, all'effetto FISIOPATOLOGICO micidiale specialmente sia dell'IPERPROTIDOSI ASPECIFICA SECONDARIA, sia dell'ACIDOSI ASPECIFICA SECONDARIA e PRIMARIA, fino alla DINAMICA QUANTITATIVA proteica comparata del latte della SPECIE UMANA, che, come anche per tutti gli altri mammiferi, indica chiarissimamente l'alimentazione SPECIE-SPECIFICA di una specie animale, e, come vedremo, soprattutto proprio della SPECIE UMANA.

Ora, per capire almeno minimamente l'ESTREMA e DECISIVA importanza del TIPO di alimento INTRODOTTO nel nostro organismo, dobbiamo SEMPRE relazionarlo con la MASSIMA PRECISIONE possibile, proprio con quest'ultimo, l'ORGANISMO UMANO, partendo anche esattamente dall'ANALISI SCIENTIFICA più profonda della loro INTERAZIONE;

va precisato che, in ambito di scienza parzialistica, qualsiasi analisi scientifica limitata ad un solo livello di materia che compone l'intero ipercomplesso sistema materiale umano, come ad esempio quello semplicemente biochimico, in quanto, come accennato, si perderebbe totalmente l'analisi di tutti gli altri i tipi di materia (dalla sub-nucleare in poi) strutturanti addirittura oltre il 99% del volume del nostro corpo, che oggi, con la strumentazione scientifica più avanzata sappiamo essere anche quasi totalmente diversa da un sistema materiale all'altro, ma persino anche tra una singola parte ed un'altra di uno stesso sistema, e, ovviamente, in enorme maggior misura, tra un sistema materiale non vivente ed uno vivente.

In particolare, la biofotonica e biofisica generale più avanzata hanno permesso di rilevare strutture interazionali, livelli frequenziali e tipologie di emissioni (anche elettromagnetiche), interni ed esterni, enormemente diversi tra sistemi materiali diversi, ma anche tra lo stesso identico sistema materiale in stati di aggregazione diversi (persino anche semplicemente conformazionali o morfologici), dimostrando addirittura che anche la struttura MORFOLOGICA medesima di ogni sistema materiale, soprattutto vivente, determina e configura livelli di materia sub-nucleare pure quasi totalmente diversi tra loro.

Proprio questi aspetti scientifici sub-nucleari ci fanno capire in maniera anche molto più vasta, sia l'importanza fondamentale soprattutto dell'analisi morfologica e funzionale proprio della MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITOZOOLOGICA, descritta nel secondo capitolo, visto che da sola comprende direttamente ed indirettamente anche il comportamento dell'interazione finale di tutti i livelli di materia microscopica che vedremo meglio più avanti, e sia che, se si deve effettuare un'analisi scientifica parzialistica, per avere almeno un MINIMO di comprensione dell'argomento, essa deve essere necessariamente il più completa possibile, soprattutto se riguarda OLTRE il 99% DEL SISTEMA MATERIALE in questione, che in questo caso è esattamente il NOSTRO CORPO ed il tipo di ALIMENTO che deve entrare in esso, allo scopo di poter comprendere come ottenere proprio le cose che ci interessano di più al mondo, la nostra SALUTE e, di conseguenza, la nostra FELICITA'.

Organismo umano e alimentazione quantistica A livello di meccanica quantistica e fisica relativistica (di Einstein)

l'organismo umano è un sistema ipercomplesso solo ed esclusivamente di onde elettromagnetiche: siamo cioè, letteralmente, un "FASCIO DI LUCE SEMOVENTE", energia pura.

In alcuni punti del nostro corpo queste onde elettromagnetiche sono sotto forma di materia [la massa, infatti, è "energia concentrata" (come diceva lo stesso Einstein e riscontrato perfettamente negli acceleratori di particelle), cioè un "pacchetto di onde elettromagnetiche"], in altri punti del nostro corpo, le onde elettromagnetiche sono sotto forma di cosiddetto "vuoto".

Infatti, anche l'erroneamente detto "vuoto assoluto" che sta dentro e fuori tutti gli atomi del nostro corpo (anche tra nucleo e elettroni, anche in assenza di tutta la materia non barionica), in realtà è fatto proprio di onde elettromagnetiche, cioè la struttura stessa di tutto il "vuoto" atomico di cui siamo fatti, in realtà è fatta di energia (così come quella del tempo che percepiamo, che in realtà è solo una interferenza elettromagnetica): in altre parole, quindi, anche il cosiddetto "vuoto" interno ed esterno a tutti gli atomi del nostro corpo ha una sua struttura elettromagnetica particolare ed è addirittura pienissimo.

Dobbiamo anche sapere, però, che il nostro organismo, (a livello di massa), è fatto di materia, e anche persino di antimateria; infatti, sia il cosiddetto "vuoto" interno a tutti gli atomi del nostro corpo che il cosiddetto "vuoto" interatomico, è talmente pieno e concentrato di onde elettromagnetiche, che, in continuazione, queste si concentrano a formare masse, come anche positroni, cioè un tipo di antimateria, (oltre che, allo stesso tempo, elettroni), che, poco dopo, urtano contro l'elettrone corrispondente, e la loro massa si ritrasforma in energia, cioè la massa del positrone (antimateria) si ritrasforma nelle stesse onde elettromagnetiche di cui era composto (così come la massa dell'elettrone corrispondente). Quindi, tutto il

nostro organismo è praticamente completamente quasi pieno anche di antimateria, presente addirittura in ogni punto del nostro corpo.

Come dicevamo, però, tutto ciò che compone il nostro corpo, sia la materia barionica, sia la materia non barionica, sia l'antimateria e sia il cosiddetto “vuoto”, è fatto esattamente di onde elettromagnetiche (praticamente di luce), le quali, unendosi ed interagendo tra di loro, formano una struttura infinitamente complessa e, di conseguenza, delicatissima.

Questo è del tutto fondamentale per capire che dobbiamo assolutamente evitare di introdurre come "cibo", in questo stupendo ed iper-complesso "scrigno perfetto di luce", qualsiasi cosa ci capita, come ad esempio quel "poco ma di tutto" (anche nel campo vegetale) che, per fortuna sempre più raramente, ogni tanto si sente dire;

è un'espressione che, nella parola "tutto" (anche in ambito vegetale, è doveroso sottolinearlo), presenta la componentepiù pericolosa, e addirittura più dannosa ed anche mortale in assoluto che si possa pronunciare.

Anche la scienza dell'alimentazione moderna, proprio ai massimi livelli mondiali, a cominciare dall'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità, che rappresenta tutte le 192 nazioni dell'intero pianeta), ha ormai riconosciuto che troppe sono le persone (moltissime centinaia di milioni sia nel nord che nel sud del mondo, in casa o in ospedale), bambini, ragazzi, donne, uomini e anziani che, inconsapevolmente, proprio per quella, dannosa e mortale, parola "tutto", stanno, anche in questo momento, enormemente soffrendo e morendo, e proprio per questo sta ufficializzando, ogni giorno di più, numerosissime pubblicazioni che vanno perfettamente nella direzione tracciata da questo testo.
Infatti, le configurazioni e frequenze elettromagnetiche di ciò che mangiamo possono essere del tutto incompatibili con il nostro iper-complesso "scrigno perfetto di luce", e, quindi,

SE CI NUTRIAMO CON "CIBI" ANCHE DI POCHISSIMO INADATTI ALLA NOSTRA SPECIE

per semplicissima interferenza elettromagnetica distruttiva, RIUSCIAMO, nel tempo,

A LETTERALMENTE SGRETOLARE TUTTA LA NOSTRA SOFISTICATISSIMA STRUTTURA ELETTROMAGNETICA INTERNA: AVVIENE, CIOE', QUELLO CHE DEFINIAMO MALATTIA E POI MORTE.

Frutto e altre strutture vegetali a livello quantistico

Ora, il fatto che siamo letteralmente un "fascio di luce", ci fa capire molto meglio anche il motivo fondamentale per cui il frutto è assolutamente l'unico sistema materiale dell'intero pianeta adatto ad essere un alimento: perchè è assolutamente l'unico sistema organico a crescere ed ingrossarsi, solo ed esclusivamente, letteralmente per mezzo proprio di luce del tutto diretta (e della qualità migliore per la vita, quella del nostro sole).

Infatti, addirittura TUTTE LE UNITA' STRUTTURALI ORGANICHE DEL FRUTTO proprio quelle più sofisticate e preziose (ad esempio, fruttosio, proteine, grassi, vitamine, acidi nucleici, ecc.), è creata dalla fotosintesi che MAI avviene nelle foglie (come per le molecole relative di tutto il resto della pianta), ma dalla fotosintesi ("foto" viene da "fotone", cioè luce) che avviene proprio ESATTAMENTE SULLA SUPERFICIE DEL FRUTTO STESSO.

Difatti, il frutto, fino a che è in maturazione è assolutamente sempre di colore verde, colore dato proprio dai miliardi di cloroplasti [che sono gli organuli cellulari che effettuano la fotosintesi, e che quindi intercettano e raccolgono (sia sotto forma di vuoto che sotto forma di materia "attivata") innumerevoli miliardi di miliardi di fotoni, cioè di raggi di luce]; quando poi, invece, la sua maturazione è completata il frutto cambia colore, ad esempio, diventa rosso, e ciò significa precisamente che i suoi cloroplasti (verdi) si sono trasformati in cromoplasti (rossi), i quali cessano l'attività fotosintetica e cioè cessano di raccogliere luce.

Quindi, quando un frutto (ad esempio sull'albero, in fase di maturazione) si ingrossa, in realtà, a rigore, la sua struttura portante si sta semplicemente e letteralmente "riempiendo di luce diretta", fino a diventare un vero e proprio "sacchetto di luce diretta" (continuamente rinnovata), e più precisamente della luce di qualità migliore, quella solare: il risultato finale, dunque, è che

IL FRUTTO E' ESATTAMENTE "LUCE SOLARE DIRETTA CONCENTRATA".

Ciò avviene a differenza enorme da qualsiasi altra parte della pianta, ad esempio, radici, fusti, ecc. (come carote, sedano, ecc.), che, quando si ingrandiscono, lo fanno solo grazie alla fotosintesi delle foglie, cioè assolutamente mai più luce, ma solo elettromagnetismo molecolare residuale "conservato" e poi trasportato lontano [in settori molto lontani della pianta (aerei e addirittura subaerei)];

e anche a differenza enorme delle foglie stesse (ad esempio lattuga, cavolo, ecc.), che trasferire sostanze in tutti gli altri tessuti della pianta, compreso altre foglie (che anch'esse, quindi, hanno, in maggioranza, solo elettromagnetismo (inceve di luce) molecolare residuale "conservato" e proveniente da lontano), ma hanno addirittura cloroplasti leggermente diversi,

capaci solo di costruire molecole adatte alla pianta stessa, e totalmente incapaci di costruire sostanze adatte alla vita, esattamente al contrario, di animali, come sanno fare solo ed esclusivamente i cloroplasti del frutto (ai quali animali, come abbiamo visto, è specificamente destinato dalla pianta stessa);

ma la tipologia elettromagnetica peggiore in assoluto (nel campo vegetale) per gli animali, sono la coda metabolica estrema della pianta, i suoi embrioni, detti impropriamente "semi" (come legumi, cereali, semi oleosi, ecc.), proprio perchè ormai hanno perso la relazione diretta con la luce, essendo solo gli ultimi residui elettromagnetici, esattamente al contrario, rigorosamente al buio più nero, dentro la loro scorza dura, e come se questo fosse poco, a renderli già del tutto elettromagneticamente tossici per gli animali, sono persino stipati e stoccati con le peggiori sostanze velenose per gli animali che ne mangiassero, le predette sostanze secondarie, che la pianta riesce, con tutte le sue forze, a produrre, proprio per difendere i suoi "amatissimi" cuccioli.

Ora, quindi, se il frutto generico è, invece, completamente "luce solare diretta concentrata", figuriamoci quale potenza salutistica e di longevità indefinita (con aspetto fisico giovane) può elettomagneticamente configurare e poi conferire al nostro organismo assolutamente l'unico frutto, la mela, che si è perfettamente coevoluto, soprattutto proprio eletromagneticamente per addirittura molti milioni di anni, solo ed esclusivamente con la specie umana.

Inoltre, agli 800 metri di altitudine, dove siamo nati in una stupenda e perfetta simbiosi insieme (co-evoluzione significa proprio complementarizzazione anatomo-fisiologica), la specie umana ed il melo, dove quindi "è stato progettato dalla natura" e "costruito" il melo stesso, i raggi di luce solare sono addirittura 12 volte più concentrati (rispetto al livello del mare) in quanto devono attraversare la parte assolutamente meno densa di atmosfera, la quale è infatti concentrata, invece, addirittura per oltre il 90% delle sue stesse molecole, proprio solo al di sotto di quella quota (e che sono quelle che assorbono quasi tutta la radiazione, trasformandola in energia cinetica particellare): è proprio come se la natura, per farci evolvere di più, a livello sia di salute che di felicità, ci avesse avvicinato il più possibile a nostra madre, il sole.

Anche per questo ennesimo motivo scientifico, la mela è esattamente l'unico vero alimento, che può dare salute perfetta e longevità indefinita (con aspetto fisico giovane), (specialmente se unito ai perfezionamenti citati nel capitolo relativo all'ecosistemica), per il sofisticatissimo "scrigno perfetto di luce" che è il nostro stupendo organismo.

Il primo passo mentale che dobbiamo fare, quindi, è quello di autovolersi bene (ricominciando gradualmente a nutrirsi di "luce", sotto forma, appunto, di frutta, in particolare quella adatta alla specie umana), poi, la salute e l'allegria che ne deriverà in automatico, ci porteranno al rispetto degli altri, di tutti gli altri, dalle persone fino al filo d'erba, e l'immensa armonia interiore che ne deriverà, gradualmente si perfezionerà fino a diventare semplicemente felicità.

Quindi, tutto quello che dobbiamo fare è solo ed esclusivamente "rimetterci in asse" con la nostra vita fatta di luce (nutrendoci, appunto, di essa, nel modo predetto), a tutto il resto ci pensa la vita stessa, come fa da ben 4 miliardi di anni, senza alcun nostro sforzo, e del tutto in automatico.

Organismo umano e alimentazione subnucleare

Salendo di un gradino nella materia del nostro organismo, a livello, invece, di fisica subnucleare, il nostro corpo è composto per oltre il 99,99% di materia non barionica, come, ad esempio, i cosiddetti "ini", tra cui i neutrini, ma soprattutto le cosiddette "particelle virtuali", che sono le responsabili del fatto che il nostro corpo rimanga compatto, unito ed eviti che si sgretoli in continuazione (se glie lo consentiamo noi stessi, introducendo solo ed esclusivamente il cibo adatto alla nostra specie), essendo, infatti, le responsabili della cosiddetta "forza" interna al nostro organismo (con le sue 3 componenti: nucleare forte, elettrodebole e la stessa gravitazionale, anche tra le nostre medesime particelle), e da cui deriva, ovviamente, anche proprio la nostra forza fisica corporea esterna, quella cioè, ad esempio, di semplicemente alzarci e camminare.

Il concetto fondamentale è che ogni nostra singola particella, per tenersi, ad esempio, letteralmente "attaccata" specialmente a quelle più vicine, deve continuamente e letteralmente scambiarsi con esse miliardi di altre particelle al secondo, ad interazione "attrattiva", che sono talmente piccole, che cominciano ad avere caratteritiche più tipicamente ondulatorie che particellari, e anche per questo motivo sono state appunto definite "virtuali": ad esempio, a livello elettrico, le nostre particelle si scambiano una particella più piccola molto simile ad un onda elettromagnetica (ovviamente a miliardi al secondo), ed è esattamente ciò che tiene "legato" anche ogni nostro elettrone al suo nucleo atomico, ciò che tiene "legato" ogni nostro atomo con gli altri atomi della stessa molecola, ciò che tiene "legata" ogni nostra molecola con le altre molecole, ecc.; a livello gravitazionale, anche tra le nostre stesse singole particelle, ognuna di esse si scambia con quelle vicine, ma anche con quelle lontane, una particolare particella virtuale detta gravitone (sempre, ovviamente, a miliardi al secondo), che, per capire meglio, è la stesso tipo di particella virtuale che si scambia il nostro pianeta Terra con il sole per potergli rimanere sempre "legato" e girargli attorno.

Anche tutti questi miliardi di miliardi di particelle, totalmente fondamentali per strutturare il nostro organismo, configurano un sistema iper-complesso estremamente sofisticato, e, di conseguenza, dobbiamo sapere, che per poter essere in salute dobbiamo evitare di introdurre "cibi" che alterano anche solo minimamente questo delicatissimo e sensibilissimo perfetto

equilibrio dinamico, presente assolutamente in ogni nostro atomo, molecola, cellula, tessuto, organo e apparato, fatto specialmente di innumerevoli miliardi di miliardi di particelle virtuali in ogni singolo atomo e spazio interatomico, che si muovono contemporaneamente, ognuna col suo preciso, dettagliato ed essenziale compito di tenerci in salute (ovviamente solo se glie lo consentiamo noi stessi, fidandoci della natura, e introducendo nel nostro organismo solo sistemi materiali già a struttura non barionica prevista dalla natura stessa, cioè solo cibo perfettamente adatto alla nostra specie, e quindi a ipercomplessa struttura non barionica già sofisticatissimamente "progettata" e calibrata dalla natura solo ed esclusivamente per noi).

Organismo umano e alimentazione nucleare

Salendo ancora nel campo materiale del nostro corpo, a livello di fisica nucleare, invece, il nostro organismo, ad esempio, di circa 70 chili,è composto solo di tre "cose":

circa 40 chili di protoni,
circa 30 chili di neutroni
e circa 20 grammi di elettroni.

Queste sono strutture già decisamente più potenti dell'onda elettromagnetica singola, che costruiscono, a loro volta, un equilibrio molto complesso enormemente delicato, che conferma ulteriolmente, quindi, che dobbiamo evitare di mettere in bocca "cibo" a vanvera, a caso.

La cosa assolutamente peggiore in assoluto che si può fare, per un organismo fisiologicamente evoluto come il nostro, è proprio il metodo enormemente distruttivo e addirittura massacrante, a cui si accennava prima, come quello del mangiare di "tutto", anche a livello vegetale (anche i vegan attuano un "onnivorismo vegetale", del tutto incompatibile col nostro organismo, che, col tempo, porta a problemi di salute e di processi di invecchiamento molto simili a quelli dell' "onnivorismo", anche perchè, come vedremo più avanti, i livelli di assunzione proteica, che si riscontreranno essere di assoluta negatività cruciale, dei vegan e degli "onnivori", sono troppo simili): è proprio esattamente come mettere, in un motore progettato per funzionare col carburante più evoluto, sofisticato e potente che esiste sul pianeta, ad esempio, un motore a idrogeno (come quello dei missili spaziali), invece di solo ed esclusivamente idrogeno puro, un "poco ma di tutto" dei carburanti meno evoluti e quindi "sporchi", come per esempio, benzina, nafta, GPL, metano, ecc.; in tutti e 4 questi ultimi casi, il motore a idrogeno, in poco tempo, prima si danneggerà (malattia) e poi si romperà del tutto (morte).

Organismo umano e alimentazione atomica

Poi, salendo ancora tra i livelli di materia del nostro organismo, esattamente a livello di fisica atomica, notiamo che siamo fatti (per oltre il 99,9% di unità strutturali atomiche) di solo ed esclusivamente 4 tipi di atomi:

H, O, C, N (cioè idrogeno, ossigeno, carbonio e azoto).

Più esattamente siamo fatti (sempre a livello numerico di unità strutturali atomiche, in organismo disintossicato) circa

dell'80% di idrogeno,
16% di ossigeno,
più del 3% di carbonio
e meno dello 0,6% di azoto.

Questo dimostra subito una cosa: togliendo oltre lo 0,4% dell'azoto contenuto nella grande quantità di basi azotate, di molte vitamine e innumerevoli altre unità strutturali presenti in quantità in ogni cellula del nostro organismo, essendo l'unica altra unità strutturale biochimica che contiene AZOTO, nel nostro organismo, solo ed esclusivamente le PROTEINE, esse sono proprio le molecole che ci forniscono il restante azoto di cui il nostro organismo necessita, e, come si vede, è quasi niente:

ADDIRITTURA MOLTO MENO DELLO 0,2% DELL'INTERO ORGANISMO.

Quindi già dalla fisica atomica è chiarissimo [visto anche che quasi tutto il nostro H e O sta nella nostra acqua (che costituisce oltre il 70% dell'organismo), e quasi tutto il nostro C nelle lunghissime catene-C dei grassi, oltre che negli acidi nucleici, carboidrati, vitamine, acidi organici, ecc.]

CHE IL NOSTRO FABBISOGNO PROTEICO E' QUASI ZERO.

La fisica atomica, quindi, riscontra già un evidentissimo segnale, appunto "atomico", che il nostro organismo, quasi "odia" l'entrata di nuovo azoto, e quindi quasi "odia" specialmente l'entrata di nuove proteine, e questo avviene (come vedremo meglio più avanti) in quanto, una volta avuta quella quantità alimentare minima piccolissima sufficiente,

LE PROTEINE SONO, PER IL NOSTRO ORGANISMO, PROPRIO LA TIPOLOGIA TROFICA MOLECOLARE ASSOLUTAMENTE PIU' TOSSICA E DISTRUTTIVA CHE PUO' ESISTERE,

anche perchè, diversamente da persino qualsiasi altro veleno potentissimo, la proteina ha in più il "lasciapassare" biologico addirittura per letteralmente distruggere, giorno dopo giorno, proprio esattamente la nostra struttura molecolare più profondamente fondamentale e centrale, sia per la nostra salute immediata che per tutti i nostri processi d'invecchiamento: il DNA (che è precisamente l'unica tipologia molecolare del nostro organismo a contenere e dettare in continuazione assolutamente tutte le istruzioni del funzionamento di tutti i singoli settori del nostro organismo stesso).

LA MICIDIALE POTENZA DISTRUTTIVA DELLA PROTEINA (anche in quantità leggerissimamente superiore al nostro piccolissimo, quasi nullo, fabbisogno) NEI CONFRONTI DEL DNA, si esplica in tantissimi modi, ma specialmente col meccanismo, addirittura massacrante per il DNA, di eventuale SINTESI PROTEICA INDOTTA (per innescarlo è sufficiente ingerire un "cibo" inadatto alla nostra specie), che (sempre come vedremo più avanti) determina automaticamente nel DNA stesso un immediato aumento persino esponenziale

DI TUTTI GLI ERRORI DI DUPLICAZIONE IN FASE DI RICOMPOSIZIONE MOLECOLARE INDOTTA (proprio dalla suddetta proteina).

Questo fenomeno, evidenziato meglio proprio negli ultimi anni, costituisce esattamente addirittura LA PRIMA CAUSA IN ASSOLUTO (del tutto centrale proprio perchè massacra, col tempo, l'intero DNA) DI TUTTE LE PATOLOGIE MA PERSINO DI TUTTI I PROCESSI DI INVECCHIAMENTO (questi ultimi li vedremo meglio nel capitolo relativo alla gerontologia moderna).

Organismo umano e alimentazione molecolare

Infine, salendo l'ultimo gradino della materia microscopica (subcellulare), da un punto di vista biofisico, siamo fatti solo di 7 tipi di molecole:

Acqua, sali minerali (anche a struttura molecolare solvatata), vitamine (e molecole organiche simili), carboidrati, grassi, acidi nucleici e proteine. Proprio perchè sono molto più grandi e complesse, queste sono strutture troppo potenti (anche rispetto agli stessi atomi) per essere mangiate a caso.

Il primo aspetto, del tutto fondamentale, è che l'analisi biofisica del nostro organismo (a differenza di quella più superficialmente biochimica), mai prevede una considerazione molecolare in "peso", per molteplici motivazioni: una di queste è che, come ben approfonditamente sanno i biofisici, essendo il peso di una molecola e' il prodotto tra la sua massa (cioè la sua "quantità di materia") effettiva e l'accelerazione di gravità terrestre, il suo modulo è del tutto falsato proprio dalla materia non barionica (interagente specialmente con le particelle virtuali responsabili dell'attrazione gravitazionale terrestre interne al nostro organismo) del nostro corpo;

anche per questo motivo, una corretta analisi a livello molecolare dell'insieme dei nostri apparati, per avere un minimo di rigore scientifico, e quindi di quella minima precisione che poi ci consente di arrivare a conclusioni (fondamentali per la nostra vita e di tutti) anche salutistiche e gerontologiche corrispondenti alla realtà, si deve assolutamente effettuare solo ed unicamente al livello scientifico più approfondito che esiste, quello biofisico:

di conseguenza, tra l'altro, le unità strutturali molecolari del nostro organismo invece di essere considerate in "peso", lo devo esser principalmente in NUMERO ESATTO, che è il vero parametro molecolare, indice essenziale anche della qualità e quantità delle interazioni microstrutturali che avvengono nel nostro corpo.

Da questo punto di vista più corretto e rigoroso scientificamente, quello biofisico, IL NOSTRO ORGANISMO (disintossicato) E' COSTITUITO (come numero di unità strutturali molecolari) PER OLTRE ADDIRITTURA IL 97% DA MOLECOLE DI ACQUA, e, quindi, PERSINO PER MENO DEL 3% DA TUTTE LE ALTRE 6 TIPOLOGIE MOLECOLARI MESSE INSIEME.

Ora, di questo MENO del 3%, LA QUANTITA' MINORE IN ASSOLUTO DI UNITA' STRUTTURALI LA HANNO DI GRAN LUNGA PROPRIO ESATTAMENTE GLI AMMINOACIDI (I COSTITUENTI DELLE PROTEINE), ADDIRITTURA MENO DELLO 0,1% DELL'INTERO ORGANISMO.

Questo è un' ennesimo dato scientifico di fatto che, anche a livello molecolare, la dice lunga sul

NOSTRO VERO EFFETIVO FABBISOGNO PROTEICO: QUASI ZERO.

Quindi, è ovvio che UN "CIBO", A LIVELLO PROTEICO, PIU' SI AVVICINA A QUESTO "QUASI ZERO" E MENO SARA' DANNOSO PER IL NOSTRO ORGANISMO (come abbiamo detto, addirittura catastroficamente vulnerabilissimo al benchè minimo, piccolissimo eccesso proteico). PER CAPIRE QUALE E' L'ALIMENTO ADATTO ALLA SPECIE UMANA,

BISOGNA FARE ASSOLUTAMENTE "A GARA" A CHI HA DEL TUTTO MENO PROTEINE (ed assolutamente mai la pratica più patologica e mortale che esiste di "chi ne ha di più").

Questo, come abbiamo visto, (anche perchè la loro somma è inferiore all'1%), vale anche per tutte le altre unità strutturali (grassi, acidi nucleici, vitamine, oligoelementi, ecc.), tranne, ovviamente, che per il fruttosio [di cui, in un cibo, è assolutamente essenziale la quantità (relativa al glucosio) massima possibile, in quanto, come vedremo meglio più avanti, è l'unico vero carburante, specialmente di un individuo appartenente alla specie umana], alcune molecole organiche "pulenti" (di cui, in un cibo, è sempre assolutamente essenziale la quantità salutare massima possibile, come polifenoli, pectina, acido malico, acido ursolico, ecc., indispensabili per un metabolismo ad eliminazione totale di eventuali scorie, ed in particolar modo assolutamente essenziali per mantenere la nostra pelle sempre liscia, idratata ed elastica, senza limite di età),

e l'acqua [la cui quantità nel cibo per l'uomo, stavolta espressa in peso per adeguarci alle tabelle chimiche, deve essere esattamente identica alla sua percentuale in un organismo umano completamente disintossicato aspecificamente: l'88%; si ricorda che la percentuale di acqua nell'organismo soprattutto umano è proporzionale sia al suo grado di SALUTE che di LONGEVITA' (uno dei problemi principali degli anziani è proprio la disidratazione dell'intero organismo, che contribuisce enormemente anche alla formazione di rughe cutanee; come vederemo meglio, bere acqua |essendo inorganica| mai fà aumentare lo stato generale di idratazione specialmente endocellulare, in quanto l'UNICA acqua adatta alla specie umana e quindi anche perfettamente assimilabile è l'acqua FISIOLOGICA contenuta nei frutti, ed in particolare nella mela), e che questa percentuale di acqua nell'organismo umano aumenta enormemente proprio man mano che procede la disintossicazione aspecifica (cioè da cosiddetti "cibi" aspecifici | anatomo-fisiologicamente inadatti alla specie umana|, solo con la procedura naturale postdetta) dall'"onnivorismo" (fase patologica in cui la percentuale d'acqua nell'organismo è addirittura inferiore al 75%), fino al fruttarismo, e successivamente al melarismo, nel cui stadio più avanzato si riscontra nell'organismo mediamente l'88% di acqua (persino acqua a struttura prevalentemente esagonale, cioè perfetta anche per il massimo livello assoluto di salute, energia, potenza fisica, e longevità, come vedremo meglio più avanti)].

Tutte queste caratteristiche, per essere efficaci, devono essere presenti tutte assolutamente contemporaneamente nello stesso alimento, ed in una particolarissima proporzione quantitativa, distribuzione e bilanciamento spaziale, ed accoppiamento sinergico con moltissime altre sostanze, organiche ed inorganiche;

TUTTO CIO' AVVIENE IN UN UNICO, SOLO, ESCLUSIVO ALIMENTO SULL'INTERO PIANETA: LA MELA (rossa).

Gli unici altri "alimenti", che possono "avvicinarsi", anche se molto lontanamente, squilibratamente e comunque insalubremente, a quelle caratteristiche

[la minima quantità di proteine (0,17%, se mela rossa stark) ce l'ha, al mondo, solo la mela;

la massima quantità di fruttosio (92%, se mela rossa stark), (rispetto al glucosio), ce l'ha, al mondo, solo la mela;

la massima quantità salutare e qualità di polifenoli ce l'ha, al mondo, solo la mela;

la massima quantità salutare e qualità di pectina ce l'ha, al mondo, solo la mela;

la massima quantità salutare e qualità di acido malico (proprio da "malum"= mela), in condizioni di edibilità, ce l'ha, al mondo, solo la mela;

l'88% medio quantitativo (se mela rossa stark) esatto di acqua (percentuale di acqua nell'organismo umano in completa detox) ce l'ha, al mondo, solo la mela; ecc.],

sono esclusivamente diversi tipi di frutta (però solo nell'ordine che vedremo più avanti), ed assolutamente nessun altro.

Organismo umano e alimentazione a livello biochimico:

LA COMPOSIZIONE CHIMICA DEL LATTE DI OGNI MAMMIFERO (COMPRESO L'UOMO) INDICA PERFETTAMENTE LA COMPOSIZIONE CHIMICA DEL CIBO (POST-SVEZZAMENTO) ADATTO ALLA SUA SPECIE

Esaminando, invece, il nostro organismo e la sua alimentazione a livello biochimico, la scienza dell' alimentazione moderna ottiene immediatamente un' ennesima prova e conferma scientifica dell'assoluta quasi nullità (il predetto "quasi zero") del nostro fabbisogno proteico (sia come persone singole, ma addirittura come qualità stessa della nostra particolare specie animale).

L'uomo è un tipo particolare di mammifero, che letteralmente significa "portatore di mammelle", in quanto questa è proprio la novità filogenetica (evolutiva) più esteriormente evidente di questa categoria tassonomica animale. E', infatti, proprio l'analisi biochimica del latte prodotto dalle varie categorie trofiche (alimentari) all'interno dei mammiferi che ha evidenziato chiarissimamente UNA LEGGE QUALITATIVA E QUANTITATIVA CHE RELAZIONA DIRETTAMENTE IL TIPO DI LATTE DI

UN DETERMINATO MAMMIFERO CON IL SUO FUTURO CIBO NATURALE POST-SVEZZAMENTO.

Ad esempio, I CARNIVORI PRODUCONO IL LATTE A PIU' ALTO CONTENUTO PROTEICO (media mondiale di circa 9,7%), (e, al tempo stesso, a più basso contenuto di zuccheri) tra tutti gli altri mammiferi,come ad indicare chiaramente che il loro cibo naturale, successivo al latte, adatto alla loro specie, è esattamente la carne (quella specie specifica che, infatti, in natura, ha proprio quelle specifiche caratteristiche biochiomiche);

GLI ERBIVORI, invece, PRODUCONO UN LATTE CON UN CONTENUTO PROTEICO MOLTO PIU' BASSO, addirittura meno della metà di quello dei carnivori (media mondiale di circa 4,8%), (con un contenuto di zuccheri decisamente più alto), come ad indicare chiaramente che il loro cibo naturale, successivo al latte, adatto alla loro specie, è esattamente l'erba (quella specie specifica che, infatti, in natura, ha proprio quelle specifiche caratteristiche biochimiche).

Come tutti gli altri mammiferi, ANCHE LA COMPOSIZIONE CHIMICA DEL LATTE UMANO INDICA PERFETTAMENTE IL CIBO (POST-SVEZZAMENTO) ADATTO ALLA SPECIE UMANA LA SPECIE UMANA, infine, PRODUCE IL LATTE assolutamente ed addirittura ESAGERATAMENTE A PIU' BASSO CONTENUTO PROTEICO IN ASSOLUTO TRA TUTTI I MAMMIFERI ESISTENTI SULL'INTERO PIANETA,

persino circa 6 VOLTE più basso di quello degli erbivori, che era a sua volta già meno della metà di quella dei carnivori, quindi addirittura oltre 12 VOLTE più basso di quella di questi ultimi:

LA QUANTITA' DI PROTEINE CONTENUTA NEL LATTE UMANO E', INFATTI, mediamente LO 0,8%

(da notare che stiamo parlando del periodo della vita a MASSIMO FABBISOGNO PROTEICO IN ASSOLUTO, quello subito dopo la nascita, in cui il peso dell'organismo RADDOPPIA, TRIPLICA, ecc. il suo PESO in poche settimane e pochi mesi, con l'ESCLUSIVO utilizzo del LATTE MATERNO).

Ancora un'ennesima volta, anche usando come strumento la biochimica, sia la scienza moderna, e ADDIRITTURA DIRETTAMENTE IL NOSTRO ORGANISMO STESSO, E QUINDI PERSINO LA NATURA IN PERSONA, CI MOSTRA CHIARISSIMAMENTE COME IL NOSTRO FABBISOGNO PROTEICO SIA PERFETTAMENTE quello che abbiamo sempre trovato finora, anche utilizzando TUTTE le altre scienze: ASSOLUTAMENTE QUASI ZERO.

Allo stesso tempo, il contenuto di zuccheri del latte umano è il PIU' ALTO IN ASSOLUTO tra TUTTI i mammiferi, caratteristica, questa, che, unita alla QUASI NULLITA' proteica, INDICA CHIARISSIMAMENTE UN UNICO TIPO DI CIBO NATURALE, ANCHE ADDIRITTURA NUMERICAMENTE POSSIBILE, successivo al latte materno, ADATTO ALLA SPECIE UMANA:

LA FRUTTA (polposa dolce) (che, infatti, è proprio ASSOLUTAMENTE l'UNICO cibo sull'intero pianeta a possedere esattamente ENTRAMBE quelle caratteristiche).

La composizione chimica del latte umano è forse la più precisa, dettagliata, chiarissima indicazione che la natura poteva mandarci della vera alimentazione naturale, adatta alla nostra specie, ancora addirittura molto più precisa di quello che abbiamo visto finora.

IL PERIODO DELLA NOSTRA VITA IN CUI ABBIAMO IL PIU' ALTO FABBISOGNO PROTEICO IN ASSOLUTO E' IL PERIODO SUBITO DOPO LA NASCITA, IN CUI RADDOPPIAMO, TRIPLICHIAMO, ecc. IL NOSTRO PESO IN POCHE SETTIMANE E MESI, E TUTTO QUESTO AVVIENE CON L'UTILIZZO ESCLUSIVO DI UN UNICO ALIMENTO: IL LATTE MATERNO.

Abbiamo detto che esso contiene una quantità di proteine QUASI ZERO: circa lo 0,8%. Ma, a rigore scientifico, questa è solo la MEDIA quantitativa TEMPORALE (e pondero-temporale), durante il corso di TUTTO l'allattamento, durante, cioè, tutta la fase di pre-svezzamento.

Infatti, il latte umano contiene una quantità di proteine che inizia, per l'esattezza, con UN MASSIMO DI circa 1,9% relativamente ai primi giorni dopo la nascita (in cui la velocità di CRESCITA è, appunto, la MASSIMA di tutto il nostro sviluppo), MA, POI, MAN MANO CHE LA NOSTRA CRESCITA RALLENTA, LA QUANTITA' DI PROTEINE DEL LATTE UMANO CONTINUA GRADUALMENTE A DECRESCERE GIUNGENDO FINO AD UN MINIMO DI circa 0,38% (medie statistiche mondiali, iniziali e finali).

Quindi, siccome lo svezzamento naturale avviene proprio a questo punto, quando, cioè, LA CRESCITA E' MOLTO RALLENTATA E CONTINUERA' COSTANTEMENTE A RALLENTARE FINO A FERMARSI AL TERMINE DELLO SVILUPPO, ESSO VA EFFETTUATO, OVVIAMENTE (analogamente a tutti i mammiferi), CON UN CIBO CHE DEVE CONTENERE UNA QUANTITA' PROTEICA MINORE DI QUEL 0,38% (altrimenti, se fosse anche solo leggermente maggiore, sarebbe una quantità proteica da pre-svezzamento, adatta ad una crescita più veloce, ed in questa nuova fase sarebbe appunto del tutto dannosa, tossica e, anche col tempo, assolutamente patologica). Ora, come dicevamo prima, L'UNICA CATEGORIA DI ALIMENTI CHE PUO' CONTENERE UNA PERCENTUALE DI PROTEINE COSI' BASSA E' LA

FRUTTA: BASTEREBBE SOLO QUESTO ELEMENTO PER DIMOSTRARE CHE NON SOLO SIAMO, MA CHE POSSIAMO ESSERE UNICAMENTE UNA SPECIE ANIMALE ESCLUSIVAMENTE FRUTTIVORA.

Abbiamo detto "può contenere", perchè in realtà mica tutta la frutta (che contiene una media generale mondiale di circa 1,7% di proteine) contiene una quantità proteica minore di 0,38%; per l'esattezza,

UNA QUANTITA' PROTEICA MINORE DI 0,38% E' UNA CARATTERISTICA CHE POSSIEDE ASSOLUTAMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UN FRUTTO (a struttura edibile) SULL'INTERO PIANETA: LA MELA (media di circa 0,26% di proteine).

Quindi, la scienza, ma in questo caso LA NATURA STESSA, addirittura sotto forma del nostro ORGANISMO MEDESIMO, CI HA INDICATO DIRETTAMENTE, CHIARISSIMAMENTE E PERSINO INEQUIVOCABILMENTE CHE L'UNICO CIBO ADATTO ALLA SPECIE UMANA E' PROPRIO ESATTAMENTE LA MELA.

Se la NATURA voleva mandarci un MESSAGGIO, forse il più preciso in assoluto, per indicarci l'UNICO cibo adatto alla SPECIE UMANA.

BASTEREBBE, quindi, ancora un'ennesima volta, SOLO QUESTO DATO SCIENTIFICO DI FATTO PER DIMOSTRARE CHE LA SPECIE UMANA E' UNA SPECIE MALIVORA.

Poi, il dato scientifico di fatto stesso che la quantità proteica deve essere inferiore a 0,38%, ESCLUDE AUTOMATICAMENTE dalla alimentazione NATURALE della SPECIE UMANA, proprio addirittura anche numericamente, tutti gli altri frutti (a struttura edibile), ma, a maggior ragione (e, da qui in poi, basterebbe anche il dover essere inferiori allo 0,8% proteico) questo dato scientifico di fatto, dalla alimentazione naturale della specie umana,

ESCLUDE AUTOMATICAMENTE QUALSIASI TIPO DI "VERDURA" (ad esempio, lattuga, carciofi, ecc.; tutte hanno una quantità proteica superiore addirittura all'1,3%, ed una media generale persino del 2,7%, quindi già, come minimo, un livello esattamente addirittura oltre 5 volte superiore alla quantità naturale per la nostra specie, e mediamente persino OLTRE 10,3 VOLTE superiore, e quindi quantità già FORTEMENTE TOSSICA e, col tempo, decisamente patologica), ed in modo ancora più forte, questo dato scientifico di fatto, dalla alimentazione naturale della specie umana,

ESCLUDE AUTOMATICAMENTE QUALSIASI TIPO DI "SEME" [ad esempio, legumi (come fagioli, lenticchie, ecc.), cereali (come pane, pasta, ecc.), semi oleosi (come noci, mandorle, ecc.); tutti hanno una quantità proteica superiore addirittura all'8%, cioè OLTRE 31 VOLTE superiore alla quantità naturale per la nostra specie, ENORMEMENTE TOSSICA e, col tempo, addirittura velenosa per il nostro organismo, sia come sviluppo di patologie che di processi di invecchiamento, specialmente, come abbiamo visto prima, riuscendo, gradualmente ma letteralmente, a massacrare il DNA stesso, di tutte le nostre cellule)]. E' chiaro, poi, che questo dato scientifico di fatto ESCLUDE AUTOMATICAMENTE dalla alimentazione naturale della specie umana, sempre addirittura anche numericamente, pure, a maggior ragione, QUALSIASI PRODOTTO o SOTTOPRODOTTO ANIMALE, proprio specialmente per il loro eccesso proteico.

Inoltre, come vedremo meglio più avanti, i suddetti dati scientifici coincidono perfettamente anche se i conti sull'assunzione proteica si fanno pro-chilo pro-die, anche fino alla comparazione tra l'ultima fase di pre-svezzamento naturale (dopo alcuni anni dalla nascita) e le fasi successive, sia di sviluppo che di età adulta.

Caratteristiche biochimiche e fisiologiche assolutamente PERFETTE della MELA (per la specie umana): la scienza dell'alimentazione moderna la ha definita addirittura

"IL FRUTTO DAL VOLTO UMANO" perchè "HA STRUTTURA E METABOLISMO PARI A QUELLI UMANI".

Dal punto di vista della QUALITA' delle PROTEINE, LA MELA CONTIENE TUTTI GLI AMMINOACIDI ESSENZIALI PER LA SPECIE UMANA, E ADDIRITTURA ANCHE TUTTI QUELLI NON ESSENZIALI: E' ASSOLUTAMENTE COMPLETA.

Relativamente alla MELA, questo vale per ASSOLUTAMENTE TUTTI i principi nutritivi, proteine, grassi, carboidrati, vitamine, oligoelementi, acidi nucleici, acqua, ecc., la MELA, cioè, contrariamente illimitatamente a qualsiasi altro frutto o "cibo",

E' L'UNICO ALIMENTO AL MONDO CHE CONTIENE TUTTE LE UNITA' STRUTTURALI, ANCHE MOLECOLARI, ESSENZIALI, MA ANCHE NON ESSENZIALI, NELL'UNICISSIMA QUANTITA' E PROPORZIONE PERFETTAMENTE EQUILIBRATA PER L'ORGANISMO UMANO

(cosa che è assolutamente impossibile riprodurre nemmeno lontanissimamente con qualsiasi combinazione degli altri cosiddetti "cibi", fermo restando che comunque questi ultimi contengono, proprio nello stato naturale, come vedremo meglio anche più avanti, una infinità di sostanze altamente tossiche, specialmente per la specie umana) ma addiritura moltissime unità strutturali, submolecolari e molecolari, assolutamente essenziali per la salute e la longevità, SONO CONTENUTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NELLA MELA: come vedremo meglio anche più avanti, il MELARISMO,

quindi, il nutrirsi, cioè, solo di mele, E', PROPRIO SCIENTIFICAMENTE, ASSOLUTAMENTE L'UNICA ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA (infatti, tra l'altro, sempre come vedremo meglio più avanti, è l'UNICO modello alimentare al mondo A TASSO DI PATOLOGIA ASSOLUTAMENTE ZERO).

Un'ennesima conferma deriva proprio dalla SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE MODERNA, la più precisa e persino sofisticata al mondo: dopo una approfonditissima analisi comparativa biochimico-fisiologica proprio tra sia tutti i presunti "cibi", compresa tutta la frutta, che la mela (durata anni di precisissimi studi), moltissimi scienziati nutrizionisti di tutto il mondo (tra cui anche il famoso professore universitario di medicina, di fama internazionale, prof. Carlo Sirtori), hanno definito LA MELA "IL FRUTTO DAL VOLTO UMANO", in quanto spiegano che è assolutamente l'unico alimento su questo pianeta che addirittura "HA STRUTTURA E METABOLISMO PARI A QUELLI UMANI".

Citiamo,ora, solo alcuni esempi di COMPARAZIONE BIOCHIMICO-FISIOLOGICA, tra le molte centinaia di sostanze analizzate e comparate, tra la mela e tutti gli altri frutti e cosiddetti "cibi".

BIOCHIMICA-FISIOLOGIA NUTRIZIONALE COMPARATA; caratteristiche PERFETTE, UNICHE al mondo, della MELA: metabolismo glucidico e INNESCO DEL METABOLISMO DEL FRUTTOSIO

Noi siamo l'unica specie animale ad avere un metabolismo glucidico perfettamente compatibile con un solo, esclusivo, tipo di carboidrato, il FRUTTOSIO, che ha sempre 6 atomi di carbonio come il glucosio (il quale, invece, sotto forma di amido, è tipico del metabolismo dei semi e di molte verdure) ma una struttura periferica infinitamente più metabolicamente efficiente e salutare.

Ebbene, nessun cosiddetto "alimento" contiene fruttosio, a parte la frutta (e quasi nulle eccezioni), (si chiama fruttosio proprio per questo), ma TUTTI i frutti, come rapporto (quantitativo) fruttosio/glucosio, contengono SEMPRE una spiccata minoranza di fruttosio rispetto al glucosio (media mondiale 22% di fruttosio e 78% di glucosio), che, come stiamo per vedere meglio, è una condizione spiccatamente insalutare;

l'unico frutto dell'intero pianeta che ha invece una prevalenza invertita (persino assoluta) del PERFETTO fruttosio rispetto al glucosio (e quindi una complementarità fisiologica assolutamente univoca con la specie umana) è sempre lei:

LA MELA (rossa stark), con il BEN ADDIRITTURA 92% DI FRUTTOSIO, e solo appena 8% di glucosio.

Va sottolineato il fatto che, a livello glucidico quantitativo, per la fisiologia SALUTARE del sangue e dell'intero organismo umano, conta poco solo la quantità assoluta di fruttosio, ma SOLO ed ESCLUSIVAMENTE il RAPPORTO FRUTTOSIO/glucosio esistente all'interno dell'alimento, che deve essere allo stato NATURALE; ora, come accennato, la MELA (rossa stark) è proprio esattamente l'alimento naturale che ha il RAPPORTO FRUTTOSIO/glucosio MASSIMO AL MONDO.

Inoltre, a livello qualitativo, si ricorda che il fruttosio industriale, o lavorato in qualsiasi modo, è tossico, e che le molecole di accoppiamento del fruttosio in qualsiasi "cibo" diverso da mela, evitano la salubrità totale del relativo fruttosio stesso.

Comunque, esiste una differenza salutistica ENORME proprio tra fruttosio e glucosio; infatti, in particolare per la specie umana, del tutto contrariamente al glucosio (e a qualsiasi altro carboidrato esistente),

IL FRUTTOSIO ad esempio:

- è antidiabetico, in quanto addirittura la usa regolazione e' insulino indipendente;
- il suo accumulo sfavorisce la formazione di trigliceridi, e quindi di arteriosclerosi, ipertensione, infarto, ictus, ecc.
- accelera la lisi (quindi eliminazione) dei chilomicroni, i dannosissimi globuli di grasso, specialmente trigliceridi, che circolano nel sangue, evitando la loro anche pericolosissima azione;
- evita alterazione ormonale, nè del funzionamento cardiaco;
- è anticrampo, visto che evitano la formazione di crampi (anche notturni) in quanto e' assente la necessità della presenza della miofosforilasi (necessaria invece col metabolismo del glucosio), tanto che, pure dalla medicina sportiva, viene fortemente consigliato anche agli atleti;

- proprio in maniera del tutto opposta al glucosio, mai e' cariogeno (sconsentendo assolutamente la formazione medesima delle carie dentali), ma addirittura protegge i denti dalla carie stessa (agente totalmente anticarie), anche dal batterio streptococco mutans, ed altre patologie (piorrea, ecc.);

inoltre insieme alla durezza strutturale della mela (unico frutto al mondo a struttura edibile molto dura), rinforza enormemente denti e gengive;

- determina la durata massima del tasso glicemico ematico, consentendo anche la massima (come qualità e durata) sensazione di sazietà;

- inoltre, il fruttosio, oltre a tante altre caratteristiche positive rispetto al glucosio e tutti gli altri carboidrati, ha una efficacia fisiologica massima solo per la specie umana anche perchè, a parità di quantità rispetto al gucosio, il suo metabolismo produce oltre il 50 % di energia in più nel nostro organismo;

- il fruttosio è l'UNICO tipo di zucchero (trofico) AL MONDO capace di trasformarsi DIRETTAMENTE in piruvato, che è l'unica molecola che (senza danni) può utilizzare il MITOCONDRIO all'interno di OGNI cellula del nostro INTERO organismo, proprio per innescare il CICLO di KREBS, cioè esattamente IL MOTORE PRINCIPALE DELLA NOSTRA TOTALE FISIOLOGIA, a tal punto che se anche nella cellula entra una molecola di glucosio, per essere utilizzata a scopo energetico DEVE ASSOLUTAMENTE ESSERE SEMPRE PRIMA TRASFORMATA IN FRUTTOSIO, come vedremo meglio più avanti;

- ecc.

La MELA, quindi, come carboidrato, contiene quasi solo il meraviglioso ed evolutissimo(anche proprio in termini di minima energia, e quindi massima efficenza salutistica) FRUTTOSIO, che è proprio, come abbiamo visto, assolutamente

L'UNICO CARBURANTE ADATTO (SPECIE-SPECIFICO), E QUINDI ASSOLUTAMENTE PERFETTO

(come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, la co-evoluzione comporta necessariamente una perfetta complementarizzazione anatomo-fisiologica fito-zoologica)

PER LA FISIOLOGIA GLUCIDICA TROFICA DELLA SPECIE UMANA. Più avanti vedremo come proprio L'INNESCO DEL METABOLISMO DEL FRUTTOSIO DETERMINA ENORMI VANTAGGI FISIOLOGICI PER L'INTERO ORGANISMO UMANO, ANCHE IN TERMINI DI MASSIMA ENERGIA FISICA E MASSIMA LUCIDITA' E VELOCITA' MENTALE.

Biochimica-fisiologia nutrizionale comparata; caratteristiche perfette, uniche al mondo, della mela: POLIFENOLI: metabolismo primario antiossidativo, disintossicante, ANTI-PATOLOGIA ed ANTI INVECCHIAMENTO

Un altro esempio di superiorità biochimico-fisiologica assoluta della mela rispetto a qualsiasi altro frutto esistente (e a qualsiasi altro "cibo" al mondo), riguarda le molecole antiossidanti (massimamente protettive contro l'usura dei tessuti, contro l'innesco delle patologie e contro l'invecchiamento) più meravigliose in assoluto, i POLIFENOLI: LA MELA HA LA PIU' ALTA QUANTITA' E QUALITA' IN ASSOLUTO TRA TUTTI I RESTANTI FRUTTI (E "CIBI") AL MONDO DI POLIFENOLI

[addirittura specialmente dei migliori: epicatechine e procianidine (queste ultime particolarmente efficaci contro patologie cardiovascolari, tumori, invecchiamento cellulare, ecc.), in particolare procianidina B2].

I potentissimi polifenoli hanno anche moltissime funzioni assolutamente essenziali e specifiche come, per esempio:

- attivano un complesso enzimatico, il P-450, che ha un'altissima capacità svelenante, disintossicante, anticancerogeno e soprattutto antisenile (anti-invecchiamento);
- sono 1000 volte più potenti come protettivo dei capillari rispetto addirittura alla cosiddetta vitamina P (già molto protettiva);
- altissima capacità anti-fatica, in quanto inibiscono gli effetti tossici dell'acido lattico;
- sono i veicoli principali della vitamina C e del calcio, in quanto li agganciano letteralmente e li trasportano addirittura fino dentro le cellule stesse [anche per questo motivo, e per il particolarissimo team di minerali e

vitamine contenuti nella mela, il grado di assorbimento della vitamina C e del calcio (come, tra l'altro del ferro e di tutte le altre unità strutturali essenziali) è il massimo tra qualsiasi altro frutto o "cibo" al mondo];

- oltre che anti-cancro sono decisamente anti-aids, in quanto stimolano fortemente la funzione dei linfociti T;

- sono altamente tonici a livello muscolare, tra i responsabili principali della forma stessa "scolpita" dell'intera massa corporea;

- tra essi, la mela contiene anche una grande quantità di acido clorogenico, che è, tra l'altro, anche un potentissimo antidepressivo (potenziato dalle altre sostanze della mela);

- l'acido clorogenico è addirittura la sostanza alimentare più gustativa in assoluto proprio per la struttura anatomica e fisiologica delle nostre papille gustative;

- l'acido clorogenico è la sostanza biochimica che conferisce anche la massima durata di gusto in assoluto tra tutti i frutti ma addirittura tra tutti i "cibi" esistenti, essendo la più duratura al contatto con la struttura stessa della papilla gustativa della specie umana, caratteristica tipica, quando l'organismo è disintossicato aspecificamente, proprio anche della massima sensazione di gusto trasportata al sistema nervoso centrale;

- i polifenoli (presenti quasi totalmente nella buccia) hanno, poi, una perfettamente salutare estrema alleanza con un'altra straordinaria categoria di sostanze biochimiche della mela (presenti quasi totalmente nella polpa): le pectine.

- ecc.

Biochimica-fisiologia nutrizionale comparata; carattaristiche perfette, uniche al mondo, della mela: PECTINE: metabolismo secondario antiossidativo, disintossicante, ANTI-PATOLOGIA ed ANTI-INVECCHIAMENTO

Un altro ennesimo esempio di superiorità biochimico-fisiologica assoluta della mela rispetto a qualsiasi altro frutto esistente (e a qualsiasi altro "cibo" al mondo), riguarda le seconde molecole antiossidanti (massimamente protettive contro l'usura dei tessuti, contro l'innesco delle patologie e contro l'invecchiamento) più meravigliose, le PECTINE (e proprio quelle della tipologia a massima efficacia sulla specie umana):

LA MELA HA LA PIU' ALTA QUANTITA' E QUALITA' IN ASSOLUTO, TRA TUTTI I RESTANTI FRUTTI (E "CIBI") AL MONDO, DI PECTINE.

La così estremamente alta presenza di pectine della mela è un altro ennesimo parametro biochimico che rende la mela stessa a "struttura e fisiologia pari a quelle umane": il costituente di base delle pectine è l'acido galatturonico, il quale è perfettamente simile all'acido glucuronico che è già naturalmente presente nell'uomo, con funzioni del tutto simili.

Le potentissime pectine hanno anche moltissime funzioni assolutamente essenziali e specifiche come, per esempio: hanno il massimo potere antitossico in assoluto, riuscendo ad assorbire ed eliminare la massima quantità di tossine dell'organismo;

- sono considerate le massime sostanze medicamentose e antisettiche, in quanto hanno una fortissima azione antibatterica tossica (abbattono il contenuto batterico tossico intestinale, ad esempio relativamente ai batteri del tifo, dissenterici, bacterium coli, ecc.);
- hanno una fortissima azione anti-colesterolo;

- hanno una potentissima azione anti-artritica e contro patologie simili;

- hanno una fortissima azione anti-arteriosclerotica, anti-ipertensione, anti-infarto, anti-ictus, anti-ischemica, ecc., che costituiscono proprio la prima causa di morte in assoluto nei paesi cosiddetti "sviluppati";

- hanno una potentissima ed addirittura estrema azione protettiva ed anti-invecchiamento della pelle; abbattendo le lesioni arteriosclerotiche dei vasi sanguigni che alterano le fibre elastiche della pelle, consentono IL MASSIMO DISINNESCO DELLA BIOMECCANICA DELLA RUGA;

- come antisettico intestinale, hanno anche una estrema azione anti-parassitaria (ad esempio anti-elmintica, cioè contro i vermi intestinali, e così via);

- Ecc.

La fantastica collaborazione tra polifenoli e pectine è quindi anche uno dei tantissimi esempi di perfetta sinergia biochimica e fisiologica che esiste tra le sostanze contenute principalmente nella buccia della mela (per esempio, appunto, i polifenoli) e quelle contenute principalmente nella sua polpa (per esempio, appunto, le pectine).

Biochimica-fisiologia nutrizionale comparata; caratteristiche perfette, uniche al mondo, della mela: metabolismo generale

Vediamo, ora, solo alcuni esempi di superiorità biochimica e fisiologica assoluta della mela rispetto a qualsiasi altro frutto sull'intero pianeta, ed a tutti gli altri presunti "cibi" esistenti.

- Così come qualsiasi tipo di tossina aspecifica forte (meglio spiegata nel capitolo relativo alla patologia moderna), cioè di CADAVERE (animale o vegetale) introdotto nella nostra bocca, costituisce una massacrante fonte di sostanze tossiche OSSIDANTI [i CADAVERI ANIMALI (come carne, pesce , uova, ma anche latte e derivati -cibo assolutamente morto perchè, come vedremo meglio più avanti, è componente ecosistemica aspecifica-, ecc.), tra le altre caratteristiche negative, sono "LA PATRIA DEI RADICALI LIBERI" (veri e propri killer cellulari, proprio per la loro azione OSSIDATIVA); i CADAVERI VEGETALI (come semi -tipo legumi, cereali, semi oleosi, ecc.- e verdure), tra le altre caratteristiche negative, sono "LA PATRIA DELLE SOSTANZE TOSSICHE SECONDARIE" (molte sono ancora più killer cellulari degli stessi radicali liberi, in quanto hanno la precisa ed unica finalità biologica di uccidere per difesa, proprio per questo si chiamano secondarie-), (addirittura anche con la verdura, pur avendo alcuni antiossidanti, prevale enormemente l'azione massacrante e del tutto OSSIDATIVA delle sostanze tossiche secondarie)],

  allo stesso modo, il nostro alimento specie-specifico, la MELA, e, al limite, in misura molto minore, la restante FRUTTA, cioè l'unico alimento vitale, l'unica componente ecosistemica al mondo con finalità biologica esclusivamente alimentare (e proprio per questo mai può fare danni), costituisce una meravigliosa fonte di sostanze protettive ANTI-OSSIDANTI; LA FRUTTA (ed in assoluto, LA MELA), cioè, tra tutte le altre caratteristiche positive, è "LA PATRIA DEGLI ANTI-OSSIDANTI".

- In particolare la mela, a differenza da anche tutti gli altri frutti, ha un ennesimo altro principale primato: massima quantità salutare e qualità (anche per sostanze associate) in assoluto, in fase edibile, di un essenziale antiossidante e con molte fondamentali altre funzioni, l'acido malico.

  L'ACIDO MALICO [si chiama "malico" anche perchè ha di gran lunga la sua massima efficacia qualitativa solo ed esclusivamente nella mela (che, in latino si chiama, appunto, "malum" -da "malon"= il frutto-)] ha, tra le tantissime sue meravigliose funzioni, una potentissima azione antibatterica patogena, ed essendo in sinergia totale con i particolari polifenoli e pectine della mela stessa, insieme svolgono un perfezionamento di salute e di longevità assoluto (solo però se glie lo consentiamo noi stessi, non introducendo tossine aspecifiche, cioè "cibi" inadatti alla nostra specie).

  [A rigore, l'acido malico per essere massimamente salutare mai deve essere superiore alla quantità (e di diversa qualità, compresa l'associazione molecolare) contenuta nella mela rossa STARK (anche per evitare l'inizio di effetti negativi; come d'altronde succede per qualsiasi altra molecola)].

- Ennesimo primato è anche quello di un essenziale e preziosissima sostanza (la sua carenza oltre un certo limite è addirittura letale): la CARNITINA (ma solo ad interazione minerale e vitaminica presente nei vegetali). Ora, come al suo solito, quando si tratta di sostanze importanti,

  LA MELA HA LA PIU' ALTA QUANTITA' IN ASSOLUTO DI CARNITINA TRA TUTTI I FRUTTI, E ADDIRITTURA TRA TUTTI I VEGETALI AL MONDO.

  Ad esempio, addirittura (oltre che 4 volte superiore a quella meno efficace dell'uovo e quantitativamente superiore

anche a quella meno efficace del latte), ben 16 volte superiore a quella del pane, ben oltre 3 volte superiore a quella di qualsiasi altro farinaceo (anche molto concentrato), 3 volte superiore a quella dell'avocado, 3 volte superiore a quella dell'uva, ecc.

La carnitina, tra le sue tante funzioni, perfezionando principalmente il metabolismo dei grassi(che, anche in leggero eccesso, alterano gli endoteli dei vasi sanguigni e le loro cellule muscolari e quindi le fibre elastiche della pelle), ha anche una FORTISSIMA AZIONE ANTI-RUGHE sulla nostra pelle ed ANTI-INVECCHIAMENTO in generale dell'intero nostro organismo (solo però se assorbita dall'interno dell'organismo, in fase trofica (cioè con il Cibo), impossibile dall'esterno, come si crede di fare inserendola nelle cosiddette creme "anti-rughe", che in realtà, esattamente al contrario, invecchiano gradualmente la pelle).

Come sottolineano fortemente anche l'Agenzia di Ricerca Sul cancro di Lione e gli stessi Annals of Oncology,

LA MELA E' ADDIRITTURA IL PIU' POTENTE ALIMENTO ANTI-CANCRO CHE SI CONOSCA AL MONDO, a tal punto che è stato denominato dagli stessi scienziati ricercatori in oncologia il fenomenale "effetto mela".

E' stato chiarissimamente dimostrato che lo sviluppo delle cellule tumorali in coltura VIENE RIDOTTO IMMEDIATAMENTE DI OLTRE IL 60% AGGIUNGENDO MELA (CON LA BUCCIA, senza la buccia l'effetto è decisamente minore) CON LA PERCENTUALE CHE CONTINUA PERSINO A SALIRE SEL'EFFETTO DELLA MELA SI LASCIA CONTINUARE NEL TEMPO.

- La mela è il più potente antianemico in assoluto: ha esattamente il grado di assorbimento massimo di ferro, acido folico e vitamina B12 (quest'ultima, come vedremo meglio, sempre presente sulla superficie e nei pori della sua buccia) che costituisce proprio il tripode su cui si struttura l'emoblobina e l'intero globulo rosso. Anche per questi motivi, solo la mela, inoltre, conferisce una perfetta respirazione ed ossigenazione dei tessuti.

- La mela è l'unico alimento a configurazione biochimica capace di sottrarre decisamente il negativo sodio alle pareti delle arterie, azione molecolare fondamentale perchè, specialmente in fase di intossicazione aspecifica, il sodio si sostituisce all'idrogeno e provoca una forte alterazione dei mucopolisaccaridi, proprio le sostanze più determinanti in assoluto per lo stato di salute di un arteria.

- La mela è, inoltre, un noto: fortificante del sistema nervoso, antireumatico, tonico muscolare, stimolatore del lavoro muscolare (perfetto anche per gli atleti), rassodante e tonificante il viso, perfetto agente tonificante per la pelle in generale, preventivo di rughe e rilassamento cutaneo, fortissimo agente anticalcolo renale, ecc.

- Ecc.

Il "segreto" dell'alimentazione perfetta:

IL PRINCIPIO FISICO DELLA MINIMA ENERGIA, CHE SI MATERIALIZZA PROPRIO ESATTAMENTE NEL MALIVORISMO DELLA SPECIE UMANA

Il segreto del malivorismo consiste proprio nel segreto della nutrizione stessa: tutti i fenomeni della natura seguono il principio fisico essenziale della minima energia, e il fenomeno della nutrizione, costituendo la parte così centrale della vita stessa da costituirne, come abbiamo visto in precedenza, la definizione scientifica stessa di "vita", è proprio il fenomeno biologico che più in assoluto segue quel principio, e tendendo continuamente al fondamentale predetto ciclo H, la nutrizione è proprio l'unico fenomeno biologico che addirittura incarna letteralmente il principio della minima energia.

Ora, siccome in fase pluricellulare, come abbiamo visto, il ciclo H, dopo 4 miliardi di anni, è stato raggiunto in maniera perfetta solo con la specie umana 7 milioni di anni fa (dopo 53 milioni di anni di perfezionamento da parte dei primati), proprio solo ed esclusivamente con la nostra specie la nutrizione finalmente, dopo 4 miliardi di anni, reincarna perfettamente il principio della minima energia esprimendo rigorosamente il ciclo H medesimo con cui nacque la vita stessa, a livello unicellulare, 4 miliardi di anni fa.

La nutrizione umana è, quindi, proprio letteralmente l'espressione materiale biologica stessa del principio fisico della minima energia.

Una nutrizione perfettamente evoluta, cioè a minima energia, è del tutto necessariamente, quindi, una nutrizione a massima efficienza, e cioè una nutrizione che, (per definizione stessa anche di minima energia strutturale), CON IL MINIMO SFORZO, OTTIENE IL MASSIMO RISULTATO.

Ora, la mela è l'alimento più perfettamente evoluto proprio perchè, (a parte alcune particolarissime molecole che è indispensabile avere in quantità superiore proprio specificamente per la protezione da tutte le patologie, come quelle viste

prima), contenendo la quantità minima assoluta di tutti i nutrienti in generale (proteine, grassi, vitamine, minerali, ecc.) tra tutti i "cibi" esistenti al mondo ma addirittura tra assolutamente tutti gli stessi frutti (che è proprio il punto di forza più potente in assoluto della mela), essi sono miliardi di miliardi di molecole che rispecchiano, come abbiamo visto, proprio le nostre totali esigenze, e lo fanno addirittura nella maniera qualitativamente più alta e perfetta; esattamente per questo motivo è proprio l'unico alimento, per la specie umana, su questo pianeta che, con il minimo sforzo, ottiene proprio il massimo risultato, cioè la salute perfetta, la longevità massima (con aspetto fisico giovane), e quindi la felicità.

Ecco perchè il malivorismo, essendo l'unico tipo di nutrizione umana a massima efficienza molecolare, quindi a minima energia, è l'unico tipo di nutrizione perfettamente evoluto, l'unico "biofisicamente degno" dell' interazione con la biochimica evolutissima, e addirittura brillante letteralmente di luce (proprio sotto forma di onde elettromagnetiche, come abbiamo visto con la meccanica quantistica e fisica relativistica), della specie umana. Il "segreto" dell'alimentazione perfetta, in altre parole: QUANTITA' MINIMA E QUALITA' MASSIMA.

Analisi delle conseguenze positive principali di questi due parametri applicati, anche su tutti gli altri aspetti dell'intera nostra vita, fino alla felicità

Infatti, proprio esattamente per questi motivi di massima efficienza e minima energia strutturale, l'evoluzione ci ha portato decisamente ad una situazione di assoluta ed estrema esiguità del nostro fabbisogno nutrizionale (cioè di tutti i principi nutritivi) naturale.

Ciò, però, è dovuto solo ed esclusivamente al semplicissimo fatto che quando un animale, specialmente i primati, ed in particolar modo l'uomo, si nutre in modo naturale, cioè solo con il cibo adatto alla sua specie, è proprio esattamente il suo tipo di nutrizione che conferisce all'organismo una stabilità organica addirittura quasi totale, la massima efficienza molecolare, e, quindi, (come vedremo meglio più avanti, nei paragrafi relativi al fabbisogno nutrizionale indotto)

IL LIVELLO DI USURA (cioè di vero e proprio consumo) NUTRIZIONALE (di ogni singola molecola del nostro organismo) E' ADDIRITTURA QUASI NULLO (letteralmente quasi zero), PORTANDO I FABBISOGNI RELATIVI ALL'INTROITO NUTRIZIONALE DI OGNI UNITA' STRUTTURALE PROPRIO LETTERALMENTE A QUASI ZERO.

Quindi, l'unico modo per alimentarsi in maniera corretta è proprio con la QUANTITA' MINORE POSSIBILE, ma, allo stesso tempo, la QUALITA', cioè, in questo caso, il tipo di alimento, DEVE ESSERE ASSOLUTAMENTE PERFETTA, cioè, L'ALIMENTO DEVE ASSOLUTAMENTE ESSERE ADDIRITTURA PERFETTAMENTE ADATTO ALLA NOSTRA SPECIE.

Con la quantità minima e qualità massima, parametri che, quindi, si possono ottenere solo ed esclusivamente con il MELARISMO, ovviamente raggiunto gradualmente (come vedremo meglio più avanti), i vantaggi saranno persino immediati:

- la salute farà improvvisamente un balzo in avanti, con una potenza che sorprende enormemente la persona stessa, fino, col tempo, a diventare salute del tutto perfetta;
- la disintossicazione aspecifica, anche cerebrale (delle stesse cellule neuronali del cervello, che chiedono disperatamente un metabolismo glucidico solo ed esclusivamente del fruttosio), porterà, gradualmente ma automaticamente, ad una allegria profonda e praticamente costante;
- l'armonia con se stessi sarà una sensazione sempre più fantastica e finora mai provata;
- la conseguente armonia e allegria con gli altri sarà sempre più piacevole;
- gradualmente riaffiorerà anche la massima armonia con la natura, e sarà sempre più piacevole esserne immersi (nel capitolo ecosistemica vedremo come potersi organizzare per fare la cosa migliore, viverci con i migliori amici, cioè, realizzando un ecovillaggio);
- la fatica (ed il tempo sprecato) di fare la spesa, per il resto della nostra vita, sarà quasi eliminata;
- la fatica (ed il tempo sprecato), tutti i restanti giorni della nostra vita, di preparare gli alimenti e di cucinarli sarà gradualmente, ma totalmente, eliminata;
- la fatica (ed il tempo sprecato), tutti i restanti giorni della nostra vita, di lavare pentole, pentolini, piatti, ecc. sarà completamente eliminata;

- i costi economici per sostenere LA PRIMA CAUSA IN ASSOLUTO CHE CI COSTRINGE AL LAVORO OBBLIGATORIO, cioè L'ALIMENTAZIONE, saranno, gradualmente, quasi totalmente eliminati fino a tal punto che ci si può addirittura organizzare, con i propri (o nuovi) migliori amici, per vivere in un ecovillaggio, addirittura totalmente autosufficiente dal punto di vista alimentare (e quindi nutrizionalmente a costo persino zero e a qualità perfetta), e, perlomeno, quasi autosufficiente per tutto il resto;

- Insomma, ci accorgeremo del motivo per cui scientificamente la definizione di "vita" coincide proprio con "nutrizione" (come vedremo meglio più avanti), a tal punto che constateremo, giorno dopo giorno, come, con nostra stessa enorme sorpresa,

  SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PERFEZIONANDO LA NOSTRA ALIMENTAZIONE SI PERFEZIONERANNO DEL TUTTO AUTOMATICAMENTE, SENZA NESSUN MINIMO SFORZO, E ADDIRITTURA QUASI "MAGICAMENTE", COMPLETAMENTE ED ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI ASPETTI DELLA NOSTRA VITA, che invece finora avevamo con enorme fatica rincorso, senza mai nemmeno raggiungere.

  Come semplicissima conseguenza, LA PAROLA FELICITA', RICOMINCERA' AD AVERE UN SENSO, E, GRADUALMENTE, DIVENTERA' NOI STESSI.

  Ovviamente tutto ciò e' solo l'esito finale del dato scientifico di fatto che: se uno perfeziona l'asse centrale, e addirittura portante, di una cosa, si perfeziona, automaticamente ed immediatamente, anche tutto ciò che l'asse stesso governa e di cui è circondato.

Concetto biochimico e fisiologico fondamentale della scienza dell'alimentazione moderna:

FABBISOGNO NUTRIZIONALE INDOTTO

Vediamo, ora, invece, cosa succede proprio al nostro fabbisogno nutrizionale (cioè di principi nutritivi) se introduciamo nel nostro organismo cosiddetti "cibi" completamente inadatti alla nostra specie [in misura più lieve dai frutti per noi non specie-specifici, ma specialmente dalle "verdure", ai "semi" (come legumi, cereali, semi oleosi), a tutti i prodotti animali].

Introducendo uno qualsiasi di quei "cibi" innaturali per la specie umana, si innesca, immediatamente, esattamente il fenomeno più patologico e massimamente sviluppante i processi di invecchiamento, e persino distruttivo di tutta la struttura portante della totalità dei nostri apparati, organi, tessuti, cellule, membrane fino al livello della singola molecola e oltre: il FABBISOGNO NUTRIZIONALE INDOTTO.

Esso si divide principalmente in:

FABBISOGNO PROTEICO INDOTTO,

FABBISOGNO LIPIDICO INDOTTO,

FABBISOGNO GLUCIDICO INDOTTO (e FABBISOGNO CALORICO INDOTTO),

FABBISOGNO VITAMINICO INDOTTO,

FABBISOGNO MINERALE INDOTTO,

FABBISOGNO IDRICO INDOTTO,

ecc.

E' fondamentale analizzare il meccanismo di azione del fabbisogno nutrizionale indotto, in quanto è il fenomeno più assolutamente centrale nella creazione anche della più profonda vera e propria tossicodipendenza, fisica e cerebrale, da qualsiasi "cibo" inadatto alla nostra specie. IL "CIBO" INADATTO AD UNA SPECIE, infatti, E' SOLO TOSSICO, E CREA ANCHE UNA DIPENDENZA: CREA, quindi, UNA VERA E PROPRIA TOSSICO-DIPENDENZA. IL "CIBO" NON SPECIE-SPECIFICO E', IN REALTA', quindi, esattamente UNA VERA E PROPRIA DROGA, ma essendo anche la droga più profonda che esiste, perchè, pur agendo lentamente, entra fino nei settori cellulari più interni, addirittura fino lo stesso DNA (come vedremo meglio anche più avanti), la persona ne diventa profondamente dipendente.

Ciò si manifesta fondamentalmente da quello che la persona crede essere "fame", ma che, in realtà, è una vera e propria crisi di astinenza, che, nel caso della droga-cibo aspecifico, è proprio la conseguenza diretta del nostro fabbisogno nurizionale indotto, chiamato così proprio perchè indotto dallo stesso "cibo" inadatto alla nostra specie. Il fabbisogno nutrizionale indotto più massacrante e distruttivo in assoluto per il nostro organismo è proprio il FABBISOGNO PROTEICO INDOTTO Il meccanismo principale biochimico-fisiologico di azione del fabbisogno proteico indotto è il seguente. Il nostro

sangue, comprese tutte le cellule in esso presenti, può svolgere le sue funzioni assolutamente essenziali SOLO ED ESCLUSIVAMENTE AD UN PRECISO VALORE DI PH: 7,41 (che, tra l'altro, è proprio lo stesso pH medio del mare, dove 4 miliardi di anni fa è nata la vita stessa).

Qualsiasi altro valore, diverso anche di pochissimo, è totalmente incompatibile con la nostra salute, e, come vedremo meglio più avanti, oltre un minimo scostamento da quel valore, è addirittura totalmente incompatibile con la nostra stessa sopravvivenza.

Ora, l'alimento sull'intero pianeta che, introdotto nell'organismo di un individuo della specie umana, lascia perfettamente invariato quel valore di pH ematico a 7,41 è proprio solo ed esclusivamente uno: la MELA rossa (stark-deliziosa).

Qualsiasi altro presunto "cibo" introduciamo nel nostro organismo, cambia immediatamente il pH del nostro sangue, o verso l'acidità, provocando, quindi, acidosi, o verso l'alcalinità, provocando, quindi, alcalosi.

Entrambi i fenomeni sono, soprattutto col tempo, catastrofici per il nostro intero organismo, visto anche che il sangue arriva fino a, e nutre, ogni nostra singola cellula.

I miscugli di "cibi" hanno coseguenze ancora molto gravi, e, anche se si ingeriscono insieme cibi acidificanti e alcalinizzanti, il disastro è inevitabile ugualmente, anche perchè hanno tempi di digestione, assorbimento ed assimilazione estremamente diversi, provocando, quindi, sia l' acidosi ed alcalosi in tempi estremamente diversi, ma addirittura variabili di volta in volta a seconda di diverse altre variabili, anche indipendenti ed esterne a noi.

Ora, OLTRE IL 90% DEI "CIBI" INADATTI ALLA NOSTRA SPECIE, HA UN RESIDUO METABOLICO EMATICO FINALE ACIDO, E', CIOE', ACIDIFICANTE.

[Quelle rarissime volte che è per nulla acidificante, il "cibo" aspecifico contiene comunque una enorme quantità di sostanze OSSIDANTI, che, sottraendo elettroni a tutte le strutture (come vedremo meglio, è esattamente lo stesso mestiere dell'acido, che si chiama proprio corrosione), creano ancora una acidosi sostanziale].

Il nostro sangue, siccome, specialmente con l'acidosi, e' impossibile far restare addirittura in vita stessa l'intero organismo, tenta letteralmente disperatamente di prelevare sostanze alcaline da altri organi proprio per tentare di bilanciare tutta quella acidità, impiega molto tempo per farlo, dando tutto il tempo agli acidi di massacrare il nostro intero organismo, ma, una volta sottratte ai predetti organi, questi si destrutturano continuamente, in quanto proprio quelle sostanze alcaline erano essenziali anche per loro.

Stessa cosa, avviene con la rarissima alcalosi, solo ovviamente a polarità inversa. Quindi, vista anche l'estrema prevalenza tra i presunti "cibi" inadatti alla nostra specie di quelli assolutamente acidificanti, tutte le volte che mangiamo, mediamente 3 volte al giorno per 365 giorni all'anno, acidifichiamo terribilmente il nostro sangue.
Ora, l'acido, per sua stessa natura chimica, E' UN AGENTE LETTERALMENTE ESTREMAMENTE CORROSIVO, specialmente all'interno di un organismo vivente, proprio perchè in esso (a cominciare dal sangue) CIRCOLA 24 ORE AL GIORNO (in quanto il periodo interpasto è insufficiente a smaltirlo completamente), ma, col nostro apparato circolatorio, arterioso, venoso e capillare,

RAGGIUNGE ADDIRITTURA LA ASSOLUTA TOTALITA' DEI SINGOLI MICROSETTORI DEL NOSTRO ORGANISMO.

Quindi, noi, proprio ogni volta che mangiamo "cibi" innaturali per la nostra specie, o mettiamo (l'acido) proprio nel posto più dannoso per il nostro organismo che è il sangue [dotato di tutte le più preziose strutture molecolari, specialmente proteiche (enzimi, recettori, ormoni, ecc.), e cellulari],

LETTERALMENTE CORRODENDO E QUINDI MASSACRANDO GRADUALMENTE TUTTE LE SUE STRUTTURE,

e questo acido viene poi trasportato dal sangue stesso fino ad assolutamente tutti gli apparati, ogani, tessuti, cellule del nostro organismo, letteralmente ed assolutamente

CORRODENDOLI COME PROPRIO UN ACIDO SA PERFETTAMENTE FARE. L'AZIONE BIOCHIMICA DI CORROSIONE, CHE, A LIVELLO MOLECOLARE, E' LETTERALMENTE DISTRUZIONE TOTALE,

prima della loro funzionalità e poi della loro stessa struttura, avviene specialmente sulle macromolecole più complesse e grandi come proprio le PROTEINE (sia per la loro delicatezza strutturale e funzionale, e sia per la loro stessa letterale superficie di esposizione all'acido, viste proprio le loro enormi dimensioni).

I miliardi di miliardi di molecole acide prodotte dai "cibi" inadatti alla nostra specie che mangiamo, cioè,

DISTRUGGONO LETTERALMENTE ANCHE TUTTE LE PROTEINE CHE INCONTRANO, semplicemente perchè liberano in soluzione ematica miliardi di miliardi di ioni H_3O^+, che essendo elettricamente positivi, cioè mancandogli un elettrone,

cercano disperatamente questo elettrone che gli manca in tutto il nostro organismo, trovandolo specialmente nelle strutture che incontrano più spesso, le proteine, proprio perchè costituiscono la struttura portante di tutte le nostre membrane cellulari, sia ematiche, che di tutto resto dell'organismo, oltre che di tutti i delicatissimi enzimi, recettori, ormoni, ecc.

Assolutamente tutte le nostre proteine, quindi, vengono, ogni volta che mangiamo "cibi" inadatti, letteralmente depredate di moltissimi I loro elettroni esterni (corrosione, in chimica, vuol dire proprio "sottrazione di elettroni"), che essendo elettroni di legame (cioè letteralmente la "colla" tra un loro atomo e l'altro), una volta venuti a mancare, "scollano" (tra loro) letteralmente i singoli atomi interni alle proteine, determinando

PRIMA UNA MODIFICA DELLA STRUTTURA PROTEICA STESSA, E, QUINDI, UNA DRASTICA PERDITA DELLA LORO FUNZIONALITA', e, dopo poco tempo, UNA DISTRUZIONE TOTALE DELLA LORO STRUTTURA.

La proteina è così totalmente distrutta e deve quindi essere sostituita. I miliardi di miliardi di proteine che vengono così totalmente distrutte dai "cibi" inadatti alla nostra specie, costituiscono la nostra enorme USURA PROTEICA INDOTTA (indotta proprio dai quei presunti "cibi"), (che, a sua volta, distruggendo intere membrane cellulari, e quindi cellule intere stesse, provoca un enorme RICAMBIO CELLULARE INDOTTO), la quale, di conseguenza, provoca UN ESTREMO ECCESSO DI FABBISOGNO DI NUOVE PROTEINE (rispetto all'invece quasi nullo fabbisogno proteico naturale), chiamato, appunto, FABBISOGNO PROTEICO INDOTTO (indotto proprio dai "cibi" inadatti alla nostra specie).

Malivorismo: unica alimentazione (della specie umana) che lascia il FABBISOGNO PROTEICO NATURALE (ed il fabbisogno nutrizionale naturale)

Il malivorismo determina, invece, solo un FABBISOGNO PROTEICO NATURALE [oltre che, ovviamente, un fabbisogno nutrizionale (totale) naturale] CHE E' LETTERALMENTE QUASI ZERO, proprio perchè, mantenendo il nostro sangue costantemente (tutte le ore del giorno e della notte, per 365 giorni all'anno) esattamente a pH 7,41, evita gli ioni $H3O+$ che vanno a rubare elettroni a tutte le proteine del nostro organismo, distruggendole, e addirittura, esattamente al contrario, le protegge sia con quella costanza di pH leggermente alcalino, e sia con centinaia di tipologie molecolari proprio pulenti, neutralizzanti eventuali acidi, e addirittura continuamente eventualmente disintossicanti, determinando, cioè, una quasi totalmente assente usura proteica e, quindi, un quasi totalmente assente fabbisogno proteico.

Quindi, il malivorismo, proprio per effetto di questa USURA PROTEICA QUASI ZERO e conseguente FABBISOGNO PROTEICO QUASI ZERO, determina addirittura una esigenza di RICAMBIO CELLULARE QUASI ZERO, abbassando ancora ulteriolmente il fabbisogno proteico a quasi totalmente zero.

Il concetto è molto semplice: se le proteine eviti di "consumarle" (usura proteica), ne hai bisogno quasi zero.

IL FABBISOGNO PROTEICO E' FUNZIONALE (quasi totalmente) DEL TIPO DI "ALIMENTAZIONE" CONDOTTA

Ad esempio, (addirittura quasi al pari di una alimentazione "onnivora" o vegetariana) anche una alimentazione vegan ed una alimentazione vegan-crudista [che, con l'utilizzo dei "semi" (legumi, cereali, semi oleosi, ecc.) sono molto acidificanti (o, come minimo molto ossidanti)], determinano una fortissima usura proteica, e di conseguenza un enorme fabbisogno proteico, che è mediamente

OLTRE 3 VOLTE SUPERIORE AL FABBISOGNO PROTEICO DETERMINATO DA UNA ALIMENTAZIONE FRUTTARIANA

e addirittura

OLTRE 8-40 VOLTE SUPERIORE AL QUASI NULLO FABBISOGNO PROTEICO (NATURALE) DETERMINATO DA UNA ALIMENTAZIONE MELARIANA.

Quindi, IL FABBISOGNO PROTEICO DI UNA PERSONA DIPENDE, quasi del tutto esclusivamente, PROPRIO DAL SUO TIPO DI ALIMENTAZIONE CONDOTTA, e solo in molto più piccola parte dalla sua età, sesso o attività.

Esempio: fabbisogno proteico indotto e fabbisogno proteico naturale di una persona di 70 chili.

Dunque, quando si dice che il fabbisogno proteico (minimo), ad esempio, di una persona di 70 chili "è di circa 40 grammi al giorno", questo può essere verissimo solo ed esclusivamente per "onnivori", vegetariani, vegan e vegan-crudisti, proprio in quanto questi modelli alimentari, essendo completamente inadatti alla specie umana, determinano una estrema e molto tossica acidificazione ematica [vegan e vegan-crudisti specialmente con i molto acidificanti (o ossidanti) "semi", particolarmente con legumi e cereali i vegan, e particolarmente con i semi oleosi i vegan-crudisti], quindi una massacrante usura proteica, e di conseguenza un enormemente più alto fabbisogno proteico (oltre che di tutti gli altri nutrienti) rispetto al fabbisogno naturale; per i fruttariani (fruttarismo sostenibile, che vedremo più avanti), invece, determinando la frutta una acidificazione (o ossidazione) ematica molto inferiore, e quindi una usura proteica decisamente più esigua, il conseguente

fabbisogno proteico si abbassa drasticamente, e, ad esempio, sempre per una persona di 70 chili, il fabbisogno proteico diventa di circa 13 grammi al giorno (fino a poco meno o poco più anche a seconda dei tipi di frutta usata); infine, per i melariani (melarismo salutare, che vedremo più avanti), essendo il melarismo il modello alimentare al massimo livello qualitativo in assoluto, proprio perchè usano finalmente ciò che la natura ha previsto per la nostra specie, essendo l'acidificazione (o ossidazione) ematica assolutamente zero, anzi, al contrario, lasciando la leggera alcalinità ematica naturale, e addirittura protettiva delle proteine stesse, proprio al suo valore perfettamente ideale (pH= 7,41), l'usura proteica ritorna finalmente al suo livello naturale, e cioè diventa quasi nulla, e la conseguenza diretta di tutto ciò (ma anche di moltissimi altri meccanismi protettivi delle proteine, innescati dalle evolutissime sostanze chimiche presenti solo ed esclusivamente nella mela) è che anche il fabbisogno proteico ritorna finalmente al suo livello perfettamente naturale per la specie umana, e cioè proprio letteralmente quasi zero: ad esempio, sempre per una persona di 70 chili, il fabbisogno proteico diventa proprio quello naturale, in fase iniziale M1 (che vedremo più avanti) di circa 5 grammi al giorno, e in fase base M2 (in ecosistema antropico in condizioni di equilibrio) di circa 1 grammo al giorno.

Quindi il fabbisogno proteico, per i fruttariani passa ad essere oltre ben 3 volte inferiore a quello degli stessi vegan e vegan-crudisti, e per i melariani, diventando fabbisogno proteico naturale e scomparendo, finalmente, assolutamente del tutto il fabbisogno proteico indotto, ritorna ad essere la quantità perfettamente naturale, salutare e di massima longevità, che, in fase base M2, è ben circa 13 volte inferiore a quella degli stessi fruttariani ed addirittura circa 40 volte inferiore a quella di vegan e vegan-crudisti.

Questo da un' idea più esatta dell'enorme effettiva distruzione delle strutture proteiche che avviene all'interno del nostro organismo da parte esattamente di "cibi" inadatti alla nostra specie: rispetto all'usura naturale, la letterale distruzione proteica è ben 13 volte superiore per i fruttariani e addirittura 40 volte superiore per i vegan e vegan-crudisti.

Ovviamente, come abbiamo già spiegato, tutto questo vale esattamente, oltre che per le proteine, anche per assolutamente tutti gli altri principi nutritivi: grassi, zuccheri, vitamine, minerali, acqua, ecc. (ma anche per le calorie, e aspetti analoghi).

Conferme da parte dei dati epidemiologici (statistici) mondiali del fabbisogno PROTEICO naturale QUASI NULLO della SPECIE UMANA

Numerosi studi di nutrizionisti in tutto il mondo confermano perfettamente questi dati [iniziati specialmente nei laboratori di ricerca genetica molecolare, in quanto le strutture molecolari nucleiche (e la struttura di quelle proteiche deriva proprio da queste ultime) sono molto sensibili proprio all'usura molecolare quotidiana], e addirittura molti nutrizionisti hanno trovato conferme ulteriori di questi dati numerici, anche di intere popolazioni.

Ad esempio, nelle popolazioni indigene di numerosissime parti del mondo (come in Australia o in sud America), è stato rilevato che, in una condizione di ottima salute, aspetto fisico, e longevità, l'introito giornaliero personale adulto (sempre intorno ai 70 chili) di proteine era sempre inferiore, a volte anche di molto, AI 9 GRAMMI AL GIORNO, e più raramente, PERSINO AI 4,2 GRAMMI AL GIORNO, (ovviamente con una alimentazione basata su frutta e verdura prevalentemente alcalinizzante),

MA ADDIRITTURA NELLE LORO FECI VIENE SEMPRE RILEVATA UNA QUANTITA' PROTEICA SUPERIORE PERSINO A QUELLA INTRODOTTA NUTRIZIONALMENTE.

Moltissimi altri studi mondiali convergono decisamente verso fabbisogni proteici NATURALI per la specie umana ENORMEMENTE inferiori semplicemente abbassando l'usura proteica e la tossicosi aspecifica (che vedremo meglio nel capitolo relativo alla medicina moderna) soprattutto tramite una alimentazione con una sempre maggiore percentuale di frutta pH inalterante e alcalinizzante.

Gli altri fabbisogni indotti: stesso meccanismo biochimico-fisiologico di azione (del fabbisogno proteico indotto)

Lo stesso identico discorso vale per tutti gli altri predetti fabbisogni indotti (lipidico, glucidico, vitaminico, minerale, idrico, calorico, ecc.), proprio in quanto specialmente l'acidificazione (o ossidazione) ematica porta anche ad una estremamente maggiore usura (e utilizzo) lipidica, glucidica, vitaminica, minerale, idrica, calorica, ecc. e, di conseguenza, un estremamente maggiore corrispondente fabbisogno indotto.
FABBISOGNO LIPIDICO INDOTTO

Ovviamente i lipidi più importanti sono i grassi insaturi. Tra gli insaturi si citano spesso gli omega 3, pensando che li disponga specialmente il "pesce". In realtà quando il pesce viene cotto tutti i suoi omega 3, proprio per l'aumento di energia cinetica atomica all'interno della loro labilissima struttura molecolare vengono inesorabilmente trasformati addirittura nella tipologia molecolare peggiore dei grassi saturi: quindi il pesce fornisce addirittura nessun omega 3

all'organismo umano, e quando è crudo (stessa cosa per noci ed altri cadaveri vegetali) non contiene il pool di vitamine e minerali adatti per la sua assimilazione.

Ciò del tutto contrariamente alla mela, che contiene i migliori omega 3 ed in quantità ottimale (sono talmente i migliori che molte industrie estraggono gli omega 3 proprio esclusivamente dalle mele, per i più vari usi), contiene il pool perfetto di vitamine e minerali che ne consentono l'assimilazione totale, ma evbitando la forte acidificazione ematica che comporta la putrefazione cadaverica del pesce, crea una usura lipidica quasi nulla, evitando assolutamente, quindi, qualsiasi fabbisogno lipidico indotto, nemmeno, dunque, di omega 3.

Il fabbisogno lipidico naturale, determinato dal modello alimentare malivoro (o, al limite, fruttivoro sostenibile, che spiegheremo più avanti), è quindi anch'esso quasi nullo, e specialmente rispetto a quello determinato da qualsiasi “alimentazione” innaturale per la nostra specie, dal vegan-crudismo e veganismo in poi, ed è, quindi, perfettamente soddisfatto solo dal consumo di mele, o, al limite, altra frutta, nel modo predetto.

FABBISOGNO GLUCIDICO INDOTTO, E FABBISOGNO CALORICO INDOTTO

I livelli di fabbisogno glucidico e calorico aumentano rispetto al quasi nullo fabbisogno naturale per la creazione del relativo fabbisogno indotto in maniera diretta, tramite sempre lo stesso meccanismo molecolare di base analizzato per le proteine, ma addirittura di una quantità assolutamente enorme anche in relazione proprio ad altri fabbisogni indotti, perchè questi ultimi, creando una esigenza quantitativa molto maggiore di "cibo" inadatto alla nostra specie, determinano quindi un enorme spreco di energie, proprio per la sua lunga e innaturale digestione, lungo e innaturale assorbimento, lunga e innaturale assimilazione, e, infine, lunghissimo, innaturale e massacrante tentativo di smaltimento di tutte le relative tossine aspecifiche conseguenti, persino da parte di ogni singola cellula, tessuto, organo, apparato, e, inoltre, ogni singolo secondo di funzionamento del nostro organismo.

Il risultato di tutto ciò è che quando si dice che il fabbisogno calorico giornaliero medio di una persona è, ad esempio, di 2000 calorie (ovviamante kcal), in realtà ciò può essere vero solo per una persona "onnivora", vegetariana, vegan o vegan-crudista, proprio perchè il loro modello “alimentare” assolutamente inadatto alla nostra specie, costringe ogni singola cellula del nostro organismo ad effettuare proprio tutta quella serie di procedure molecolari, dalla digestione innaturale alla disintossicazione aspecifica suddette, che utilizzano addirittura quasi tutti i predetti glucidi e calorie (su 2000 calorie introdotte addirittura almeno 1600 calorie) solo ed esclusivamente per questo faticosissimo ed energeticamente dispendiosissimo continuo processo fisiologico completamente innaturale, fino allo smaltimento e disintossicazione aspecifica: quindi l’apporto calorico giornaliero medio che una persona, in questa società, utilizza EFFETTIVAMENTE per la sua attività mentale e fisica (per pensare e muoversi) si aggira addirittura intorno alle 400 calorie.

TUTTE LE RESTANTI 1600 CALORIE SONO, QUINDI, SONO LETTERALMENTE BUTTATE VIA, E ADDIRITTURA (come abbiamo visto) PROPRIO PER DISTRUGGERE IL NOSTRO ORGANISMO. Tutto ciò avviene ogni giorno, e per 365 giorni all'anno. Quindi le 400 calorie giornaliere utilizzate per pensare e muoversi sono il FABBISOGNO CALORICO NATURALE (in questa società), mentre le restanti 1600 calorie giornaliere utilizzate per tutte le dispendiosissime attività innaturali interne del nostro organismo, dai tentativi disperati di digestione del “cibo” aspecifico fino ai tentativi disperati di relativa disintossicazione aspecifica, sono il FABBISOGNO CALORICO INDOTTO (indotto appunto dall'"alimentazione" inadatta alla nostra specie).

Dunque, quando si è raggiunto gradualmente il modello alimentare melariano (passando per il postdetto modello alimentare fruttariano sostenibile, che già necessita di una quantità inferiore a 1500 calorie giornaliere, come vedremo meglio), anche l'innesco totale del suo relativo metabolismo del fruttosio (completamente diverso, anche in termini di efficacia ed efficienza biochimica massima, come vedremo meglio più avanti, dal metabolismo del glucosio, utilizzato invece da tutti gli altri modelli "alimentari"), ci consentirà di vivere, e persino con moltissima più energia fisica e mentale, perfettamente proprio con le 400 calorie necessarie per il fabbisogno calorico naturale (per questa società): considerando che una mela media (commerciale) pesa circa 2 etti (equivalenti a 80 calorie), basteranno mediamente circa 5 mele al giorno (poche di più in caso di vita più attiva; ovviamente occorre giungere a questo livello sempre tramite l'unica procedura naturale e GRADUALE descritta più avanti, anche dalla fase M1 in poi, nella quale si utilizza già una media di circa 1000 calorie giornaliere, sempre a peso e massa corporea costanti ed enormemente perfezionate).

Ovviamente, essendo col melarismo l'usura molecolare e cellulare dell'organismo assolutamente quasi nulla, con la suddetta quantità di mele al giorno, come accennato, anche il peso dell'organismo, se già ideale, rimane del tutto invariato; va precisato però che questo vale solo a metabolismo del fruttosio già completamente innescato, cioè dopo che si è arrivati al melarismo GRADUALMENTE (solo con il postdetto metodo naturale di perfezionamento alimentare, e soprattutto senza saltare MAI la fase M1, nei modi e tempi postdetti).

In caso di attività fisiche o mentali superiori alla media, ovviamente anche il fabbisogno calorico in alimentazione malariana aumenterà (ad esempio con 10 mele di peso predetto medio si arriverà ad 800 calorie, che corrispondono addirittura ad oltre 4000 calorie assunte da un vegan-crudista o vegan in poi, i quali ultimi, nel contempo, avendo tuttavia corrispondentemente una quantità di energia percepita persino di moltissimo inferiore, proprio per il predetto affaticamento

molecolare profondo del loro letteralmente massacrato organismo). A rigore scientifico, và infine, tuttavia, anche detto che le 400 calorie giornaliere effettive medie sono, come accennavamo prima, relative al fabbisogno calorico "naturale" in questa società artificiale, che determina una decisa accelerazione innaturale del nostro metabolismo (dalla costretta iperattività mentale, spesso anche fisica, e del conseguente alto livello di stress); infatti, il fabbisogno calorico naturale di un individuo appartenente alla specie umana inserito, invece, nell'ecosistema antropico (quello naturale per la nostra specie, che vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica) si aggira mediamente attorno alle 200 calorie al giorno, che costituisce l'unica quantità ottimale per un perfetto metabolismo e fisiologia relativa alla specie umana, corrispondenti ad una mela naturale della grandezza di una mano semiaperta della nostra specie, che, appunto, si aggira intorno ai 4 etti di peso (peso naturale di una mela in ecosistema antropico).

Vedremo più avanti, nel capitolo relativo alla gerontologia moderna, che proprio questa quantità di una mela (di peso predetto) al giorno, è esattamente la quantità che innesca la fisiologia perfetta della specie umana in ecosistema antropico, che consente di conseguenza, essendo col melarismo gli errori di duplicazione genetica indotti in fase di sintesi proteica del tutto azzerati, finalmente di bloccare completamente tutti i processi d'invecchiamento, e, se la cellula è in stato di invecchiamento molecolare già innescato, addirittura di invertire la direzione dei processi d'invecchiamento stessi, fino a riequilibrio fisiologico perfettamente ristabilito.

FABBISOGNO VITAMINICO INDOTTO

Come per tutte le altre unità strutturali dinamiche nutrizionali, il fabbisogno vitaminico naturale (ovviamente in alimentazione naturale) è quasi nullo, ed abbondantemente soddisfatto dall'alimentazione naturale stessa. Se ci si nutre, però, con "cibi" inadatti alla nostra specie, il numero delle reazioni chimiche necessarie all'organismo per cercare disperatamente di stabilizzare il metabolismo, cresce enormemente, addirittura a livello esponenziale. Quindi la necessità di vitamine con "cibi" aspecifici, essendo esse fondamentalmente co-enzimi delle suddette reazioni chimiche interne all'organismo, cresce, di conseguenza, esponenzialmente anch'essa.

A ciò si aggiunge il solito meccanismo di usura molecolare stessa della struttura vitaminica, dovuto sempre al meccanismo fondamentale di sottrazione di elettroni determinata dall'acidificazione (o ossidazione), anche ematica, provocata da tutti i "cibi" inadatti alla nostra specie, che accresce ulteriolmente ed enormemente il fabbisogno vitaminco totale dell'intero organismo: la conseguenza finale di tutti questi fenomeni determinati sempre esclusivamente dal "cibo" aspecifico è, appunto, l'enorme fabbisogno vitaminico indotto.

Ora, una delle vitamine nutrizionalmente più discusse è la vitamina B12. Quindi, vediamo dei cenni sugli aspetti fondamentali relativi ad essa, per poi parlare anche del suo fabbisogno indotto.

La VITAMINA B12 è assolutamente estranea del mondo animale, e, proprio del tutto al contrario,

E' TIPICA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DEL MONDO VEGETALE

Innanzi tutto occorre precisare un dato scientifico assolutamente fondamentale, su cui, spesso, si fa molta confusione: la vitamina B12 è tipica solo ed esclusivamente del mondo vegetale., invece che del mondo animale.

NESSUNA SPECIE ANIMALE E' BIOCHIMICAMENTE MINIMAMENTE IN GRADO DI PRODURRE LA VITAMINA B12.

SU QUESTO PIANETA CI SONO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE 3 TIPI DI ORGANISMI IN GRADO DI PRODURRE LA VITAMINA B12: BATTERI, PROTOZOI E FUNGHI (microscopici).

Le tipologie batteriche, di protozoo e micotiche (di fungo), in grado di produrre la vitamina B12,

PREDILIGONO, PER VIVERE, UN SUBSTRATO CELLULOSICO MOLTO PARTICOLARE, QUELLO DELLA BUCCIA DEI FRUTTI DELLE SPERMATOFITE ANGIOSPERME DICOTILEDONI A FRUTTO POLPOSO.

QUINDI LA QUANTITA' MAGGIORE IN ASSOLUTO, A LIVELLO MONDIALE, DI VITAMINA B12 (ED ADDIRITTURA LA PIU' BIODISPONIBILE E PERFETTA PER LA SPECIE UMANA) SI TROVA PROPRIO SULLA SUPERFICIE ESTERNA DELLA BUCCIA DELLA FRUTTA (dalla mela in poi).

Una quantità minore di questi microrganismi, a livello mondiale, si trova sulla superficie delle foglie, in sospensione atmosferica, compresa l'aria che respiriamo, e nello strato superficiale del terreno.

Quindi, ad esempio, se una mucca contiene la vitamina B12, ciò e' estranea al fatto che essa è tipica del mondo animale, ma, del tutto al contrario, ciò è dovuto solo ed esclusivamente al fatto che la mucca mangia l'erba, e, proprio sulla superficie dell'erba che mangia, trova la sua vitamina B12, esattamente per il predetto motivo che la vitamina B12 è tipica solo ed esclusivamente del mondo vegetale (gli stessi batteri produttori di B12 che vivono nel suo apparato digerente, derivano sempre unicamente dall'erba che mangia). Ma la specie umana (e gli altri primati fruttivori) ha una fonte di

approvviggionamento di vitamina B12 proprio di moltissimo migliore addirittura rispetto alla mucca stessa, esattamente la BUCCIA della FRUTTA, che, come dicevamo, è precisamente il substrato biochimico che, in natura, è persino il più ricco in assoluto di vitamina B12.

In particolare, se si osserva al microscopio elettronico la superficie della buccia di una mela, si noterà che è costituita da un microecosistema ipercomplesso in cui sono presenti addirittura miliardi di microoganismi produttori di vitamina B12, che preferiscono infilarsi nei pori e canali più stretti della struttura portante stessa della buccia della mela, fino addirittura nella parte più profonda di essa.

Anche per questo motivo mai si deve lavare, strofinare, o cose simili, una mela (o altro frutto consumabile con la buccia), per evitare di diminuire drasticamente la quantità di vitamina B12 presente sulla sua buccia stessa (basta comprarle almeno biodinamiche, o, come minimo, biologiche).

La mela, inoltre, è l'unico frutto al mondo, ma l'unico cibo al mondo, che possiede il team perfetto di minerali ed altre vitamine sinergiche che consentono il corretto assobimento ed assimilazione della vitamina B12 all'interno della fisiologia umana, cosa che contribisce alla massima biodisponibilità (per la specie umana) esistente in natura della vitamina B12, specialmente di quella presente sulla mela stessa. Quindi, il melariano ha una quantità di vitamina B12 in abbondanza enorme rispetto al suo quasi nullo fabbisogno di questa vitamina (dovuto anche, come vedremo meglio più avanti, proprio al minimo assoluto di catalizzazione biochimica B12 necessaria nel melarismo, ed alla totalmente nulla usura vitaminica indotta, presente sempre esclusivamente nel melarismo stesso).

Fabbisogno indotto di vitamina B12

Il problema della vitamina B12 inizia, quindi, solo ed esclusivamente quando si esce dal campo melariano, o fruttariano sostenibile (ma, nel fruttarismo, il problema della B12 e' inesistente solo se si consuma pochissima frutta acida, come vedremo meglio più avanti).

Infatti, come dicevamo e come vedremo meglio anche più avanti, qualsiasi "cibo"inadatto alla nostra specie, sia aumentando esponenzialmente la necessità di catalizzazione reattiva della vitamina B12, a livello nucleico come citoplasmatico, sia determinandone una fortissima modifica della sua struttura molecolare, aumenta esponenzialmente, addirittura fino ad oltre 170 volte, il fabbisogno stesso di vitamina B12, creando, appunto, un enorme fabbisogno indotto di vitamina B12 stessa.

Nel campo vegetale, i più grandi induttori di fabbisogno di vitamina B12 in assoluto sono, come vedremo meglio in un paragrafo relativo alla fase vegan, i legumi, i semi oleosi, la frutta acida, e, in misura minore, i cereali (specialmente quelli cotti al forno, come pane, biscotti, pizza, ecc.).

Ecco perchè specialmente il vegan (ma è meglio che lo facciano anche i vegan-crudisti, vegetariani, "onnivori" e anche i fruttariani 1, che vedremo più avanti), proprio per evitare di avere problemi di carenza di vitamina B12, deve necessariamente impostare la sua alimentazione su una impostazione MDA, che spiegheremo più avanti.

L'impostazione MDA, come vedremo meglio, è l'unica impostazione alimentare al mondo (relativa a qualsiasi modello alimentare pre-fruttariano 2, da quello "onnivoro", a quello vegetariano, vegan, vegan-crudista e fruttariano 1) ad evitare, addirittura assolutamente mai, NESSUN TIPO DI PROBLEMA, nemmeno, e specialmente, con la vitamina B12.

FABBISOGNO MINERALE INDOTTO

Il meccanismo molecolare di base del fabbisogno minerale indotto è lo stesso di quello vitaminico.

L'aumento esponenziale della quantità delle reazioni biochimiche metaboliche, e la modifica strutturale molecolare, (pure del complesso solvatato relativo al minerale stesso, sia in soluzione acquosa plasmatica endocellulare che esocellulare), che determinano i "cibi" inadatti alla nostra specie, creano, quindi, anche un enorme fabbisogno indotto di oligoelementi, cioè dei cosiddetti sali minerali, detto, appunto, fabbisogno minerale indotto, specialmente del ferro, calcio, fosforo, potassio, ecc.

Con il melarismo e, al limite, con il fruttarismo sostenibile, ovviamente, proprio per l'assenza rispettivamente totale e quasi totale dei fenomeni suddetti, anche il fabbisogno di assolutamente tutti minerali è addirittura quasi nullo, e del tutto abbondantemente coperto dagli stessi predetti modelli alimentari; ma è proprio unicamente introducendo "cibi" aspecifici per la specie umana, che il fabbisogno minerale aumenta esponenzialmente, come predetto, creando l'enorme fabbisogno minerale indotto. Di conseguenza, per qualsiasi altro tipo di "alimentazione" inadatta alla specie umana, da quella vegan-crudista, a quella vegan, vegetariana ed "onnivora", è solo ed esclusivamente con la postdetta impostazione alimentare MDA che si possono evitare, nel modo più sicuro in assoluto, specialmente le carenze di ferro,calcio, ecc.

FABBISOGNO IDRICO INDOTTO

Quando si dice, ad esempio, che è necessario bere almeno due litri di acqua al giorno, ciò può essere vero solo se si conduce una "alimentazione" "onnivora", vegetariana, vegan o, al limite, vegan-crudista (“alimentazioni” che comprendono anche numerosissimi "cibi" con un bassissimo contenuto d'acqua), ma, ovviamente, la situazione si capovolge completamente quando si parla di una alimentazione fruttariana (specie sostenibile), o, ancora di più, con quella melariana (alimentazioni che comprendono quasi esclusivamente cibi già ricchissimi di acqua, fino ad oltre il 90%).

Come vedremo meglio più avanti,l'unica acqua adatta alla specie umana (come per tutti gli altri primati fruttivori), è solo ed esclusivamente l'ACQUA FISIOLOGICA (essendo la molecola d'acqua interagente o addirittura legata a soluti fisio-organici) contenuta nei frutti, in particolare, per la nostra specie, (come vedremo meglio più avanti) l'acqua fisiologica della mela.

L'acqua inorganica, come ad esempio quella dei rubinetti, delle bottiglie in commercio, della pioggia, delle sorgenti, dei torrenti, dei fiumi, dei laghi, ecc., (essendo la molecola d'acqua interagente o persino legata a soluti inorganici) è invece adatta solo a scorrere nei fiumi ed in mezzo alla terra, ma assolutamente inadatta ad entrare nel nostro organismo.

In altri termini, l'uomo dovrebbe evitare di bere, in quanto qualsiasi acqua fuori da quella contenuta nei frutti, ed in particolare nella mela, è assolutamente un insieme di sostanze chimiche decisamente tossiche per il nostro organismo, che, col tempo, creano situazioni fisiologiche estremamente alterate, dalla formazione di calcoli, in moltissime sedi istologiche dell'organismo, alla forte alterazione dell'equilibrio minerale organico generale e particolare.

Infatti, in natura, I PRIMATI FRUTTIVORI ASSOLUTAMENTE MAI BEVONO (solo carnivori, granivori, erbivori, ecc. bevono, visto che mangiano cibi meno ricchi d'acqua, o ricchi di sostanze tossiche secondarie), e, tra gli umani, gli unici che, infatti, non bevono assolutamente mai, sono esclusivamente i melariani (i fruttariani normalmente bevono pochissimo, i fruttariani sostenibili normalmente quasi niente).

Questo proprio perchè i melariani, essendo l'unico modello alimentare che determina una perfetta idratazione endocellulare ed esocellulare, mai hanno bisogno di bere, nemmeno ricevendo la minima sensazione di sete da parte dell'organismo stesso, ma addirittura per loro sarebbe insalutare bere anche la minima goccia d'acqua (proprio perchè assolutamente innaturale per la specie umana).

Quindi, tecnicamente si dice che il fabbisogno idrico NATURALE della specie umana, è quello determinato dall'alimentazione naturale (melariana), ed è costituito solo ed esclusivamente dall'acqua FISIOLOGICA della mela (rossa), e che qualsiasi altro modello "alimentare" (introducendo "cibi" anche molto meno ricchi d'acqua, o ricchi di sostanze tossiche, secondarie e non) crea letteralmente un fabbisogno idrico INDOTTO, che, purtroppo, si può soddisfare solo con acqua inorganica (che, come predetto, è decisamente tossica per la nostra salute).

Basterebbe anche solo questo dato scientifico di fatto per dimostrare che la specie umana è malivora. Dunque, qualsiasi modello "alimentare" inadatto alla nostra specie, dall'"onnivorismo", al vegetarismo, al veganismo, al veganismo-crudista, ci intossica fortissimamente quando mangiamo, ma, allo stesso tempo, essendo costituita da "cibi" che contengono poca o zero acqua fisiologicamente adatta alle nostre cellule, ci creano letteralmente la necessità (portandoci alla sensazione di sete), sempre decisamente tossica, di altra acqua (inorganica e, quindi, anti fisiologica): appunto l'estremamente tossico (visto anche che è presente tutti i 365 giorni dell'anno) fabbisogno idrico indotto.

Inoltre, come si vedrà pure più avanti, anche la semplicissima introduzione di acqua (inorganica predetta), di qualsiasi tipo, nel nostro organismo, E' ADDIRITTURA DECISAMENTE ACIDIFICANTE (proprio a livello ematico), esattamente in quanto la molecola d'acqua in soluzione deve essere sempre, del tutto al contrario, come minimo interagente o persino legata solo ed esclusivamente a soluti organici od organicati, e, in particolare, adatti alla specie umana (acqua FISIOLOGICA contenuta nella mela, o, al limite, nella frutta).
Situazione fisiologica assolutamente essenziale per la salute, e addirittura per la vita stessa:
EQUILIBRIO ACIDO-BASE (dell'organismo); ALIMENTO pH INALTERANTE E "CIBI" ACIDIFICANTI E ALCALINIZZANTI

Il nostro organismo è un sistema materiale formato da innumerevoli miliardi di miliardi di unità strutturali. Ognuna di esse ovviamente è messa lì per un motivo, e ha un suo ruolo ben preciso ed addirittura dettagliato, in ogni attimo e posizione, nell'intera giornata.

Ma ogni unità strutturale può svolgere il suo ruolo all'interno dell'organismo solo ed esclusivamente se all'interno di quest'ultimo vi è un particolarissimo equilibrio, chiamato appunto EQUILIBRIO ACIDO-BASE.

Se assente questo equilibrio, l'organismo ha immediatamente innumerevoli gravi problemi addirittura strutturali, che deve immediatamente risolvere; ma può farlo solo ed esclusivamente danneggiando enormemente numerosissimi organi.

Infatti l'equilibrio acido-base è un delicatissimo equilibrio essenzialmente di cariche elettriche: un acido tende a prendere elettroni (carica elettrica negativa) da un'altra unità strutturale, una base tende a cedere elettroni, e ciò comporta anche

numerosissimi effetti secondari principali.

Uno dei problemi è che gli elettroni costituiscono anche una vera e propria colla atomica, che è capace di tenere letteralmente gli atomi attaccati tra loro a formare anche le molecole (gli elettroni più esterni di ogni molecola, che sono quelli su cui principalmente agisce l'acido, sono proprio i cosiddetti elettroni di legame).

Se, ad esempio, nel nostro organismo, c'è anche un piccolissimo eccesso di acidi (acidosi), essi, rubando esattamente elettroni (specialmente quelli di legame) alle nostre molecole (questo processo si chiama corrosione, che è proprio il mestiere di ogni acido),

LE SCOLLANO LETTERALMENTE,

e molti atomi della loro delicatissima struttura tridimensionale (ogni forma molecolare ha una precisissima funzione biochimica e fisiologica), vengono addirittura staccati, o, come minimo, cambiano la loro posizione relativa agli altri atomi della molecola, determinando, quindi,

O UNA TOTALE DISTRUZIONE DELLA MOLECOLA STESSA, o, come minimo, UNA TOTALE PERDITA DELLA FUNZIONALITA' BIOCHIMICA DELLA MOLECOLA STESSA.

Anche un piccolissimo ecceso di basi (alcalosi), determina un risultato assolutamente analogo, solo che attua un meccanismo contrario, lo fa cedendo elettroni alla molecola, cosa che modifica anch'essa enormemente la struttura molecolare stessa, determiandone la perdita della sua essenziale funzionalità biochimica.

Quindi sia ACIDOSI che alcalosi, DISTRUGGONO LETTERALMENTE IL NOSTRO ORGANISMO (anche se, come vedremo meglio, l'acidosi è un fenomeno biochimico sempre decisamente peggiore dell'alcalosi).

Ora, siccome tutte le unità strutturali del nostro organismo derivano dall'alimentazione, la quale, specialmente in fase di assorbimento, interagisce direttamente e primariamente con il SANGUE, quest'ultimo è proprio la prima parte fondamentale del nostro organismo che, PROPRIO DALL'ALIMENTAZIONE, può subire le disastrose variazioni di pH.

Inoltre, il sangue, essendo in strettissimo contatto addirittura con ogni singola cellula del nostro organismo, se il sangue subisce una variazione di pH (per il sangue anche la più piccola variazione di pH è assolutamente biochimicamente disastrosa; infatti, come vedremo meglio, oltre minimi scostamenti dal valore costante di pH= 7,41, c'è addirittura la morte), anche tutto il resto dell'organismo (addirittura in pochi secondi) subisce immediatamente la disastrosa variazione di pH, fino al livello endocellulare, e addirittura il più pericoloso livello endonucleico, fino a danneggiare persino le essenziali strutture più assolutamente vitali del DNA (anche tutti i tentativi di reazione dell'organismo agli stati di acidosi o alcalosi, a cominciare da quella ematica, sono assolutamente disastrosi per tutti i settori dell'organismo stesso, come vedremo meglio più avanti).

Per capire meglio, quanto, sia lo stato di acidosi che lo stato di alcalosi, siano totalmente MASSACRANTI per l'intero organismo, basta considerare il dato di fatto che il sangue, partendo sempre dal valore di pH assolutamente essenziale VITALE di 7,41 (valore SPECIE-SPECIFICO per la specie umana relativo allo stadio NATURALE di disintossicazione aspecifica MASSIMA), sia al di sotto della pur piccolissima variazione di pH che lo porta allo stato di acidosi con pH=7,35 (minimo assoluto 7,2), e sia al di sopra della piccola variazione di pH che lo porta allo stato di alcalosi con pH=7,48 (massimo assoluto 7,8),

DETERMINA, PER L'INTERO ORGANISMO, ADDIRITTURA LA MORTE (normalmente prima coma per acidosi, o alcalosi, e poi morte).

Cioè, ANCHE UNA PICCOLISSIMA ACIDOSI, O ALCALOSI, EMATICA E' ADDIRITTURA LETTERALMENTE DEL TUTTO MORTALE.

In altri termini, il SANGUE, nonostante la sua estrema esigenza di pH costante a 7,41, tramite l'alimentazione inadatta alla nostra specie, può essere ACIDIFICATO o alcalinizzato anche ENORMEMENTE, in quanto per il SANGUE, pure la variazione persino di un CENTESIMALE di unità di pH ematico costituisce un'ALTERAZIONE ACIDOTICA o alcalodica ENORME e DANNOSISSIMA, portando ad un danneggiamento altissimo a cominciare da tutte le proteine enzimatiche e strutturali che perdono fortemente la loro VITALE funzionalità; infatti, la variazione anche di un decimale di unità di pH ematico determina addirittura la MORTE per INSUFFICIENZA FUNZIONALE di TUTTI i TESSUTI, cioè anche TUTTI gli enzimi eso-endo-cellulari perdono TOTALMENTE la loro FUNZIONALITA', cioè letteralmente SMETTONO DI FUNZIONARE, e la persona entra prima in coma e poi muore.

I suddetti valori di pH indicano, inoltre, chiaramente che, anche se sia una piccolissima acidosi che alcalosi ematica sono due stati assolutamente disastrosi per l'intero organismo, l'acidosi è sempre peggiore dell'alcalosi (sempre come vedremo meglio). Tuttavia, come predetto, anche dopo un piccolo ma disastroso margine di alcalosi del sangue sopra i valori di pH suddetti, si determina addirittura la morte. NE RISULTA, QUINDI, CHE DOBBIAMO FARE DI TUTTO AFFINCHE'

QUESTO EQUILIBRIO ACIDO-BASE, RISULTI SEMPRE ASSOLUTAMENTE INALTERATO. L'equilibrio acido-base si misura col pH: come predetto, il pH fisiologico, e' assolutamente essenziale ma, come abbiamo visto, addirittura del tutto vitale, del nostro organismo (specialmente del sangue, che nutre proprio tutte le nostre cellule) è esattamente Ph=7,41.

Un solo centesimale in meno (acido) o in più (basico, detto anche alcalino), come abbiamo già spiegato a livello molecolare, INDICA UNA SITUAZIONE DI LETTERALE DISTRUZIONE IN ATTO NEL NOSTRO ORGANISMO. DOBBIAMO EVITARE DI INTRODURRE NEL NOSTRO ORGANISMO "CIBI" CHE ALTERANO, ANCHE PER UN SOLO ATTIMO, QUESTO DELICATISSIMO VITALE EQUILIBRIO [quindi il nostro pH ematico (cioè del sangue)], BASE ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE PER LA NOSTRA STESSA SOPRAVVIVENZA.

Infatti, quando introduciamo nella nostra bocca un "cibo", stiamo introducendo un altro sistema materiale costituito, a sua volta, da miliardi di miliardi di altre unità strutturali.

Queste ultime entrano immediatamente a far parte del nostro organismo, e avranno solo 2 possibilità:

1) se è un cibo adatto alla nostra specie, lascierà perfettamente inalterato questo equilibrio (e quindi lascerà perfettamente inalterato il nostro pH ematico),

2) se è un "cibo" inadatto alla nostra specie, porterà inevitabilmente il nostro organismo all'acidosi oppure all'alcalosi (e quindi anche il nostro sangue avrà un pH più acido o più basico), cominciando quindi, come abbiamo visto, immediatamente e letteralmente a distruggerlo.

Per il sangue, e' per nulla determinante se il cibo sia, di per se stesso, LEGGERMENTE acido o basico [cioè, prima di essere messo in bocca; ma, a rigore scientifico, per la nostra salute è fondamentale che sia solo LEGGERISSIMAMENTE acido (QUASI FISIONEUTRO) unicamente prima di essere consumato, però solamente tramite alcune particolarissime molecole, presenti ESCLUSIVAMENTE nella mela rossa STARK; quest'ultima ha, infatti, l'UNICA tipologia di leggerissima acidità naturale adatta alla specie umana (la sua è assolutamente minima |media di pH 6,7|, che nella mela rossa STARK biodinamica e specialmente NATURALE è mediamente pH 7,2 |come postdetto, "acido" in fisiologia umana significa minore di 7,41|; da ricordare sempre che, nel campo della frutta, le ACIDITA' MOLTO DANNOSE, come vedremo meglio più avanti, sono quelle ASSOLUTAMENTE ESTREME, come quelle della frutta acida, in particolare dell'ARANCIA, anche biologica e piu "dolce" |ha ADDIRITTURA pH 2,1 !!!|)], mentre, in generale, è stata rilevata una molto precisa PROPORZIONALITA' DIRETTA di BASE tra il pH del cibo (acido, neutro, o alcalino) ed il suo effetto acidificante, pH inalterante, o alcalinizzante (sull'intero organismo), cioè

- quanto più è acido tanto più è acidificante;
- quanto più è fisioneutro (pH 7,41) tanto più è pH inalterante;
- quanto più è alcalino tanto più è alcalinizzante.

Comunque, per il cibo, è ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE che il SUO RISULTATO METABOLICO FINALE EMATICO (cioè, dopo che le sue molecole hanno reagito con la saliva, i succhi gastrici, le sostanze enteriche, ecc. e con le stesse sostanze ematiche) LASCI IL pH DEL SANGUE STESSO SEMPRE ASSOLUTAMENTE AL VALORE VITALE DI 7,41, E SENZA UN SOLO MINIMO SCOSTAMENTO, ANCHE CENTESIMALE, DI DIFFERENZA.

Il cibo che lascia inavariato il pH ematico si dice pH inalterante, il "cibo" che acidifica il sangue si dice acidificante, il "cibo" che alcalinizza il sangue si dice alcalinizzante;(ovviamente acido, alcalino, acidificante ed alcalinizzante, nel caso dell'organismo umano, si intendono rispetto al valore fisiologico naturale ematico |neutralità fisiologica| di pH= 7,41, Invece che rispetto alla neutralità assoluta che è pH=7).

Di conseguenza, per la specie umana, un cibo può essere:

- quasi fisioneutro e pH INALTERANTE (esclusivamente la mela rossa stark),
- estremamente acido ed estremamente ACIDIFICANTE (ad esempio, l'arancia),
- leggermente acido e leggermente acidificante (ad esempio, la frutta dolce),
- decisamente alcalino e decisamente alcalinizzante (ad esempio, l'avocado),
- estremamente alcalino ed estremamente alcalinizzante (ad esempio, la zucca).

Ora, considerando anche i cosiddetti "cibi" diversi da frutta, **L'UNICO CIBO AL MONDO CAPACE DI LASCIARE ASSOLUTAMENTE INALTERATO IL pH EMATICO, DI UN INDIVIDUO APPARTENENTE ALLA SPECIE UMANA, E' PROPRIO ESATTAMENTE UNO SOLO: LA MELA ROSSA.** (La mela gialla e la mela verde sono leggermente acidificanti;

si ricorda che le cosiddette mela “gialla” e mela “verde” mai esistite IN NATURA; s ono state create ARTIFICIALMENTE solo dal XIX secolo, tramite diverse tipologie di modifiche artificiali relative alla specie vegetale, fino all’IRRADIAMENTO elettromagnetico e particellare dei semi di mela rossa, ottenendo una modifica genetica diretta ed indiretta; addirittura, ancora oggi, molte varietà di mele cosiddette “verdi” e “gialle”, se ricoltivate in maniera più ecosistemicamente ADATTA alla loro specie vegetale, ritendono SPONTANEAMENTE e FORTISSIMAMENTE al loro colore originario: il ROSSO).

Basterebbe, ancora, solo questo dato di fatto a dimostrare che la specie umana è malivora. QUALSIASI ALTRO "CIBO" AL MONDO, COMPRESA TUTTA L'ALTRA FRUTTA, O E' ALCALINIZZANTE O E' ACIDIFICANTE.

E' esattamente come dire, con la massima precisione scientifica, che QUALSIASI "CIBO" DIVERSO DA MELA (ROSSA) MAI NUTRE IL NOSTRO ORGANISMO, E, COME ABBIAMO VISTO, LO DISTRUGGE LETTERALMENTE (i danni, su scala visibile e sintomatica, si vedono specialmente col tempo).

Anche mischiando cibi acidificanti con cibi alcalinizzanti, si fa che depotenziare SOLO leggermente la loro azione altamente tossica, in quanto ogni "cibo" ha un tempo di digestione, assorbimento ed assimilazione completamente diverso da tutti gli altri, e comporta quindi tempi di acidificazione ed alcalinizzazione completamente diversi tra loro.

In quel caso, infatti, il sangue risulta, quindi, prima acidificato, poi alcalinizzato a tempi anche numerosamente alterni, e, dunque, ancora molto potentemente dannosi per la nostra salute, in quanto le molecole del nostro organismo prima si iniziano a distruggere togliendogli elettroni, poi si finiscono di distruggere cedendogli elettroni; infatti, quando si ridanno elettroni ad una molecola modificata per avergliene tolti, questa mai può ritornare alla configurazione spaziale atomica precedente, in quanto gli elettroni nuovi che, eventualmente, le si cedono vengono acquisiti ormai da parti della molecola o, peggio, macromolecola (come, ad esempio, le proteine) assolutamente diverse, a volte anche del tutto opposte, a quelle da cui erano stati tolti, anche subito prima.

In questo modo, anche se per un solo attimo si possa ottenere il pH fisiologico, è comunque, addirittura anche in quel caso, una situazione biochimica assolutamente disastrosa per il nostro organismo, in quanto qualsiasi "cibo" inadatto alla nostra specie manda in circolo ematico miliardi di sostanze tossiche, irrilevabili con la semplice misurazione del pH.

Il pH è, infatti, una condizione assolutamente necessaria, ma del tutto insufficiente: è solo uno degli infiniti parametri che si possono prendere in considerazione per valutare lo stato di salute di un organismo.

Come accennato, i "cibi" acidificanti sono più dannosi, anche se di poco, di quelli alcalinizzanti. La maggior parte dei "cibi" inadatti alla nostra specie sono acidificanti. Per avere una panoramica generale dei "CIBI" ACIDIFICANTI ED ALCALINIZZANTI per la specie umana, è sufficiente tenere sempre presente che (l'elenco interno alle seguenti categorie di "cibi" sarà dato più avanti):

- L'UNICO CIBO AL MONDO pH INALTERANTE E' LA MELA ROSSA (quella perfettamente pH inalterante è la varietà rossa stark);

- la frutta dolce è leggermente acidificante (i meno acidificanti sono melone e albicocca);

- la frutta grassa è decisamente alcalinizzante (cioè avocado, olive |sono decisamente alcalinizzanti anche quando un po’ salate| e olio d'oliva denocciolato);

- la frutta ortaggio è molto alcalinizzante;

- la frutta essiccata ortaggio è leggermente alcalinizzante;

- la frutta essiccata dolce è decisamente acidificante (se presa come rara eccezione, solo fino al fruttarismo 1, per diminuire la sua acidificazione occorre reidratarla, tenendola immersa nell'acqua diverse ore);

- la frutta acida (a cominciare dalle arance) E' ESTREMAMENTE ACIDIFICANTE (proprio a livello di misurazione di pH ad ALTA PRECISIONE del SANGUE, con la completa procedura scientifica;si passa da pH 7,41 a meno di 7,23, un livello pericolosissimo, che all'esposizione anche giornaliera di questo frutto può scendere addirittura sotto i 7,19 portando, entro un certo tempo, prima al coma per acidosi e poi alla morte, come, nelle statistiche mondiali, fin troppo spesso è successo, soprattutto in fase fruttariana, per tutti i motivi biochimici che vedremo meglio più avanti);

- la verdura (specialmente cruda) è molto alcalinizzante (tranne pochissime eccezioni; tuttavia le innumerevoli sotanze secondarie killer presenti la rendono profondamente tossica);

- i semi sono, in generale, decisamente acidificanti, in particolare:

- i semi germinati sono leggermente acidificanti;

- i semi oleosi sono estremamente acidificanti (o estremamente ossidanti);

- i cereali sono decisamente acidificanti [specialmente quelli cotti al forno, come pane, pizza, biscotti, ecc.; mais, miglio e riso integrale (sempre se non al forno) sono i meno acidificanti];

- i legumi sono estremamente acidificanti (alcuni sembrano inizialmente alcalinizzanti ma hanno, subito dopo, un ENORME rimbalzo ACIDOTICO secondario; comunque sono TUTTI estremamente OSSIDANTI, proprio con lo stesso meccanismo biochimico dell'ACIDO, anche per il grande eccesso proteico e per l'enorme quantità di sostanze tossiche secondarie);

- i prodotti animali (miele, latte, derivati del latte, uova, pesce, carne, ecc.) sono TUTTI estremamente acidificanti o estremamente iperossidanti;

- la cottura di qualsiasi "cibo", lo fa tendere decisamente verso l'acidificazione (stessa cosa vale per la inesistente freschezza del "cibo", per tutti i tipi di conservazione, compreso dal frigorifero in poi, e per qualsiasi altra forma di modifica rispetto alla situazione naturale, a cominciare da qualsiasi spremuta, frullato, centrifugato, ed analoghi).

  [Occorre ricordare che la cottura più dannosa, per qualsiasi "cibo", è sempre quella sopra i circa 130 gradi (centigradi), anche perchè produce acrilammide, un composto cancerogeno; la cottura meno dannosa, se proprio indispensabile, è quella che mai supera gli 80 gradi (come quella a vapore); ricordare anche che dal frigorifero in poi, qualsiasi raffreddamento artificiale, è quasi altrettanto acidificante rispetto alla cottura, in quanto, a rigore scientifico, è una "COTTURA AL CONTRARIO" che altera le strutture molecolari togliendo energia cinetica ai loro singoli atomi, invece che aggiungerla, con danni molecolari profondi assolutamente IRREVERSIBILI, a cominciare dal loro fondamentale bioelettromagnetismo interattivo; a temperatura ambiente (fuori dal frigo) la maggior parte della frutta dura tranquillamente anche una QUINDICINA DI GIORNI (basta acquistarla ad un grado di maturazione leggermente scalare), e comunque è sufficiente consumare prima la frutta che dura meno e poi la frutta che dura di più].

NEL CAMPO VEGETALE, QUINDI, I "CIBI" PIU' ACIDIFICANTI (O PIU' OSSIDANTI) (E, DUNQUE, PIU' DANNOSI) IN ASSOLUTO SONO 3:

- LEGUMI;
- SEMI OLEOSI;
- FRUTTA ACIDA (a cominciare dalle arance);
- (anche i CEREALI cotti al FORNO, come pane, pizza, biscotti, ecc.).

Come si spiegherà meglio più avanti, ESSI COSTITUISCONO PROPRIO IL PERICOLO MAGGIORE IN ASSOLUTO DEI VEGAN, DEI VEGAN-CRUDISTI E DEI FRUTTARIANI (per questi ultimi, ovviamente, solo la frutta acida), in quanto ACIDIFICANO (O OSSIDANO) ESTREMAMENTE TUTTO IL NOSTRO SANGUE, E ADDIRITTURA CONTENGONO UNA ENORMITA' DI ULTERIORI SOSTANZE ALTAMENTE TOSSICHE PER LA NOSTRA SPECIE (come abbiamo già visto e rivedremo meglio più avanti).

Infatti, ad ulteriore conferma di ciò, come predetto, tramite l'anatomia comparata, la fisiologia comparata ed altre scienze, si riscontra immediatamente che:

- i legumi (e cereali) sono, al limite, "cibo" per galline (ed altri uccelli granivori);

- i semi oleosi sono, al limite, "cibo" per scoiattoli (roditori ed altre specie animali semivore, che, analogamente a tutte le altre specie animali oltre l'uomo, come abbiamo pure visto, hanno anche una biochimica e fisiologia completamente diversa dalla nostra);

- la frutta acida è, al limite, "cibo" per uccelli, serpenti o elefanti [alcuni agrumi ed il kiwi sono specie-specifici (cioè anatomo- fisiologicamente adatti) per uccelli (come cibo di riassetto H) solo di alcune specie asiatiche ed addirittura extratropicali; le arance sono specie-specifiche (come cibo di riassetto H) solo per alcune specie

asiatiche di serpenti ed elefanti persino extratropicali; l'ananas è, invece, specie-specifico per uccelli solo di alcune specie sudamericane intertropicali, sempre come cibo di riassetto H].

Equilibrio acido-base, pH ematico, ed effetto droga

Dunque, anche lo stesso dato numerico del pH ematico dimostra, per l'ennesima volta, inequivocabilmente che, a parte l'alimento specie-specifico per la specie umana, tutti i restanti cosiddetti "cibi" sono fortemente tossici per il nostro organismo.

Ora, come accennavamo, siccome IL "CIBO" TOSSICO CREA ANCHE UNA DIPENDENZA [specialmente quello che assumiamo più frequentemente, più o meno spiccata, ma, come vedremo meglio, la dipendenza (biochimicamente molto lesiva) che crea il "cibo" inadatto alla nostra specie è molto più profonda di qualsiasi altra droga al mondo],

CREA, QUINDI, UNA TOSSICODIPENDENZA: E', CIOE', LETTERALMENTE UNA DROGA.In altre parole,

QUALSIASI "CIBO" INADATTO ALLA NOSTRA SPECIE E' UNA VERA E PROPRIA DROGA.

Obiettivamente, dobbiamo, quindi, ammettere che siamo tutti drogati, cioè, letteralmente, sul nostro pianeta LA SOCIETA' UMANA, a parte rarissime eccezioni (come vedremo più avanti), purtroppo E' COMPOSTA QUASI INTERAMENTE DA INDIVIDUI ASSOLUTAMENTE E PROFONDAMENTE DROGATI.

E' ovvio che è difficile per un drogato accettare che quello che usa come droga, vada eliminato dalla sua vita nel più breve tempo possibile, semplicemente perchè anche il suo cervello ne è completamente dipendente.

Visto, però, che ci consideriamo una specie così evoluta, proprio per questo, a maggior ragione, dobbiamo capire subito, usando, oltre che tutta la scienza che abbiamo visto sopra,

ANCHE UN MINIMO DI BUON SENSO, CHE MICA TUTTE LE COSE DI QUESTO PIANETA SONO STATE CREATE DALLA NATURA PER ESSERE MESSE NELLA BOCCA DELL'UOMO.

Come abbiamo chiarissimamente visto, anche dalla scienza approfonditissima dell'anatomia comparata fino alla scienza sofisticatissima della fisiologia comparata, per prima cosa, in natura, sono assenti animali "onnivori" (e nemmeno potrebbero esistere, per i motivi anatomici e fisiologici che abbiamo visto e che vedremo meglio piu' avanti) e, per ogni specie animale, compreso la nostra, è previsto un particolarissimo tipo di cibo, proprio quello adatto alla sua specie, E NESSUN ALTRO:

LA CARNE AI CARNIVORI,
IL LATTE AI LATTANTI,
I SEMI AI GRANIVORI,
L'ERBA AGLI ERBIVORI,
E LA FRUTTA AI FRUTTIVORI.

Tutto qua, è molto semplice. Forse il problema è proprio questo: le persone di questo pianeta sono state purtroppo abituate a pensare che se una cosa è semplice, allora è falsa.

Mentre noi stessi e questo pianeta cambieremo solo ed esclusivamente quando capiremo che è proprio esattamente il contrario. Infatti, è proprio quando qualcuno ci vuole complicare troppo le cose, in qualsiasi campo, che allora dobbiamo pensare che c'è qualcosa che funziona poco.

La natura, da miliardi di anni, fa le cose semplicissime, e addirittura talmente semplici da risultare persino assolutamente banali: il cielo è azzurro, l'albero è verde, il leone mangia la gazzella, la gallina mangia il grano, la mucca mangia l'erba, la scimmia mangia la frutta, ecc.

E' tutto addirittura massimamente ordinato. Con un minimo di buon senso, nemmeno servirebbe l'anatomia comparata o la fisiologia comparata a farci capire che siamo fruttivori:

basta guardare un uomo e poi guarare un leone; anche ad occhio nudo siamo completamente diversi; poi guardare un uomo e guardare una mucca; anche ad occhio nudo siamo completamente diversi; poi guardare un uomo e guardare una scimmia; a parte qualche pelo in più della scimmia, anche ad occhio nudo siamo praticamente assolutamente identici.

Come abbiamo già visto, tutte le scimme antropomorfe (cioè letteralmente "a forma d'uomo", guarda caso), in abbondanza di frutta, mangiano solo questo: sono cioè perfettamente fruttivore. A chiudere il cerchio, basta guardare le nostre mani e vedere che né troviamo lo zoccolo di un erbivoro, o la zampa di gallina di un granivoro, o gli artigli affilatissimi di un carnivoro. Poi, basta guardarci un attimo allo specchio, e tutto si chiude completamente: nella nostra bocca e' inesistente

la mascella basculante lateralmente di un erbivoro, nè troviamo un becco di un granivoro, nè gli incisivi cortissimi e le zanne di moltissimo più lunghe ed affilatissime di un carnivoro.

Quando ci guardiamo allo specchio vediamo, invece, chiarissimamente solo ed esclusivamente un tipo particolare di scimmia, solo con un po' meno di peli.

Avendo una postura leggermente più eretta abbiamo potuto utilizzare più liberamente le mani, e questo, ma solo dopo le glaciazioni (come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna), ci ha consentito di costruire attrezzi (costretti solo dal fatto che la frutta era provvisoriamente drasticamente diminuita) che servivano solo per procurarci il "cibo" inadatto alla nostra specie, facendoci crollare la vita media addirittura a meno di 20 anni e innescando tutte le malattie oggi conosciute.

Ancora oggi il nostro aspetto, (e come abbiamo visto anche in fisiologia comparata, nemmeno minimamente la nostra fisiologia), quando ci guadiamo allo specchio, ancora oggi, vediamo ancora solo ed esclusivamente un tipo particolare di scimmia, sempre con un po' meno peli, ma con ancora tutte le caratteristiche di dettaglio appena suddette, dalla dentatura bunodonte dei fruttivori in poi, addirittura ancora perfettamente intatte.

Anzi, a guardare meglio, nemmeno abbiamo i "canini" enormi e molto sporgenti come quelli del pur fruttivoro gorilla o scimpanzè; i nostri sono perfettamente livellati con tutti gli altri denti [nemmeno farebbero male ad un puledro (semplicemente perchè, proprio essendo livellati con tutti gli altri denti, nemmeno potrebbero infilarsi)].

Come specie siamo, quindi, potenzialmente addirittura molto più pacifici persino del già pacificissimo gorilla (il gorilla nel suo massimo di arrabbiatura al limite si batte il petto, mai attacca qualcuno, può solo essere costretto a difendersi). DOBBIAMO, QUINDI, SOLO UMILMENTE OSSERVARE LA NATURA, E CAPIRE BENE CHI SIAMO.

Poi, se ci scaviamo bene nel nostro istinto più profondo, notiamo subito che nessuno (anche il più onnariano degli umani) è contento di uccidere per mangiare: lo fanno tutti profondamente contro voglia.

Nessuno è profondamente contento nemmeno di uccidere una pianta per magiarla; e nemmeno è profondamente contento di uccidere un figlio di una pianta (chiamato "seme").

Quello che, nei momenti di profondità ed onestà intellettuale, risponde anche il più accanito mangiatore di verdura o semi, è che, "se potesse", ne farebbe volentierissimo a meno. Quindi, anche il nostro istinto più profondo, ancora oggi, è proprio quello di una specie perfettamente fruttariana.

Dunque, una volta presa coscienza che, in realtà, come abbiamo visto, ci hanno solo drogato fin addirittura da quando eravamo piccolissimi, e che oggi, purtroppo, siamo esattamente dei drogati, che devono uscire dalla droga per salvarsi, dobbiamo farlo, e subito.

La differenza tra l'inferno ed il paradiso è solo ed esclusivamente questa, come ci dice assolutamente sempre chiunque è già uscito da qualsiasi droga. E la droga del "cibo" aspecifico, cioè inadatto alla nostra specie, è proprio la più profonda in assoluto (come vedremo meglio anche più avanti).

Ovviamente, come per qualsiasi drogato, essere convinti ad uscirne è la prima cosa in assoluto: sempre come vedremo meglio più avanti, è assolutamente indispensabile circondarsi anche di persone che vogliono uscire dalla droga anche loro (come fa qualsiasi drogato al mondo),altrimenti, anche se dotati della più grande forza di volontà sull'intero pianeta, mai ce la faremo (da soli, al limite, per semplici motivi psicologici, ma anche biofisici, che vedremo più avanti, ci si riesce solo per un periodo limitato di tempo).

In altri termini, se oltre a pulire il tuo interno, allo stesso tempo eviti di pulire anche il tuo esterno (cioè eviti di circondardi di persone che anche loro vogliono pulirsi), è assolutamente sicurissimo che mai ce la farai per tutta la vita (ma, come predetto, al limite, solo per un tempo comunque limitato).

E' come cercare di essere puliti rimanendo sotto una cascata di fango; anche se ci puliamo per un attimo, poi ci risporchiamo subito; quindi, l'unica soluzione è spostarsi, anche di pochissimo, ma mettersi sotto un'altra cascata, ma questa volta di acqua pura, e immediatamente ci puliremo automaticamente,

SENZA NESSUNA FATICA, MA ADDIRITTURA SENZA NEMMENO ACCORGERCENE.

Il modo per far ciò lo vedremo meglio più avanti. Per il momento è assolutamente indispensabile per la nostra salute, e quindi felicità, almeno innescare dentro di noi la voglia assolutamente profonda e fortissima di farlo, a tutti i costi, visto che l'obiettivo finale è proprio la felicità, e visto che la vita è una sola.

I due parametri fondamentali di TOSSICOSI dell'organismo: IPERPROTEINOSI E ACIDOSI

Anche da tutto quanto fin qui esposto si evince chiaramente che i due fenomeni più gravi in assoluto per il nostro organismo sono proprio L'IPERPROTEINOSI E L'ACIDOSI. ENTRAMBI I FENOMENI HANNO UNA POTENZA TOSSIEMICA E TOSSICOLOGICA TALMENTE ELEVATA, DA ARRIVARE,

come abbiamo visto e come vedremo meglio più avanti,l'iperproteinosi (eccesso di assunzione proteica), principalmente con la determinazione degli errori di duplicazione del DNA in fase di sintesi proteica, e l'acidosi, primariamente con la contemporanea massacrante letterale corrosione di ogni singola struttura materiale dell'intero organismo, DIRETTAMENTE ANCHE NEI SETTORI PIU' PROFONDI, DELICATI ED ESSENZIALI DEL CORPO UMANO, PROPRIO COME QUELLI IN CUI HA SEDE IL CENTRALE CODICE GENETICO.
D'altronde, sia l'iperproteinosi che l'acidosi, altro è le due facce della stessa medaglia, visto anche che, sempre come vedremo meglio più avanti, man mano che si avanza verso il peggio nella postdetta scala di tossicità dei "cibi", crescono di moltissimo sia la quantità proteica che l'acidificazione (anche per ossidazione).

Terminologia trofo-categoriale:

differenza tra i suffissi
"voro" (ad esempio, fruttivoro)
e "riano" (ad esempio, fruttariano).

INCOMPATIBILITA' NATURALE TOTALE DELLE CATEGORIE TROFICHE onnariana, vegetariana, vegan e vegan-crudista

Nella scienza dell'anatomia comparata, della morfologia funzionale comparata fito-zoologica e della fisiologia comparata, i due suffissi "voro" e "riano" hanno un significato diverso e molto preciso.

Il suffisso "voro" si riferisce alla struttura del sistema digerente di una specie animale;
il suffisso "riano" si riferisce all'alimentazione condotta dal singolo individuo.

Ad esempio, la specie umana è malivora,(i dettagli si esamineranno nel paragrafo relativo al melarismo).

Come abbiamo visto nel capitolo relativo anche all'anatomia comparata, sono inesistenti esistono assolutamente specie animali "onnivore", anche perchè scientificamente mai potrebbero esistere visto che ogni "cibo" richiede una esattissima struttura anatomica e fisiologica per essere digerito, assorbito, assimilato e metabolizzato, ed assolutamente mai le altre. Ma proprio questa struttura è esattamente la caratteristica più diversa in assoluto tra quella adatta ad un "cibo" oppure ad un altro.

Infatti, sempre come abbiamo visto, per digerire e metabolizzare carne, o grano, o erba o frutta, ecc., ci vogliono strutture anatomiche e fisiologiche rispettivamente carnivore, granivore, erbivore, fruttivore, ecc., cioè, DENTATURE, ESOFAGI, STOMACI, INTESTINI, ED ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI ORGANI DELL'INTERO INDIVIDUO (ad esempio, l'erbivoro ha il sistema digerente da erbivoro, ma ha anche le zampe da erbivoro, la testa da erbivoro, la pelle da erbivoro, il fegato da erbivoro, i reni da erbivoro, Ecc.)

SONO DEL TUTTO DIVERSI IN OGNI SINGOLO DETTAGLIO, E ADDIRITTURA ASSOLUTAMENTE OPPOSTI TRA LORO, PERSINO FINO ALLA SINGOLA UNITA' STRUTTURALE SUBMOLECOLARE.

Ora, essendo assente assolutamente una struttura digerente animale cosiddetta "onnivora", quando ci si riferisce ad individuo umano che si "ciba" di carne, latte, grano, piante erbacee, frutta, ecc. è del tutto scorretto definirlo "onnivoro", in quanto il suffisso "voro" si riferisce solo ed esclusivamente alla struttura del suo sistema digerente, che, come predetto, mai può essere "onnivora", essendo, come già visto, come categoria trofica generale fruttivora, e, come categoria trofica specie-specifica, esattamente malivora; quindi il termine corretto relativo a questo tipo di individuo, al limite, è il cosiddetto onnariano, visto che il suffisso "riano" si riferisce all'"alimentazione" condotta dal singolo individuo.

Quindi, LA COMPATIBILITA' NATURALE DEGLI ONNARIANI E' INESISTENTE, VISTO CHE E' INESISTENTE UNA STRUTTURA "ONNIVORA". L'ONNARISMO E', cioè, UNA PRATICA DEL TUTTO INNATURALE.
Ma tutto questo vale completamente anche per i cosiddetti vegetariani, visto che la corrispondente struttura anatomica e fisiologica "vegetarivora" e' insistente; nemmeno esiste anche perchè, esattamente per i motivi predetti relativi a quella "onnivora", cioè e' inesistente, una struttura anatomica e fisiologica di sistema digerente che sia contemporaneamente da lattante, granivora, erbivora, fruttivora, ecc.

LA COMPATIBILITA' NATURALE DEI VEGETARIANI E' INESISTE, VISTO CHE E' INESISTENTE UNA STRUTTURA "VEGETARIVORA". IL VEGETARISMO E', cioè, UNA PRATICA DEL TUTTO INNATURALE. Stessi identici concetti scientifici valgono sia per i cosiddetti vegan (abbreviazione dell'inglese "vegetalian", in italiano vegetaliani) che per i

cosiddetti vegan crudisti (unica eccezione in cui, invece del suffisso "riano", si usa il suffisso "ista"), sempre visto che la corrispondente struttura anatomica e fisiologica "veganivora" (o "vegetalivora") e "vegan-crudivora"e' inesistente; esattamente per i motivi predetti relativi a quella "onnivora", e' inesistente una struttura anatomica e fisiologica di sistema digerente che sia contemporaneamente granivora, erbivora, fruttivora, ecc. (la pratica vegan è ancora peggio in quanto utilizza, come quella vegetariana e onnariana, addirittura anche "cibi" cotti, inesistenti in natura).

LA COMPATIBILITA' NATURALE DEI VEGAN E DEI VEGAN-CRUDISTI E' INESISTENTE, VISTO CHE E' ASSENTE UNA STRUTTURA RISPETTIVAMENTE "VEGANIVORA" O "VEGAN-CRUDIVORA". IL VEGANISMO ED IL VEGAN-CRUDISMO SONO, cioè, PRATICHE DEL TUTTO INNATURALI.

Dunque, onnarismo, vegetarismo, veganismo e vegan-crudismo (e pratiche analoghe; le ultime tre sono onnarismo ridotto) sono pratiche

PRIVE DI QUALSIASI BENCHE' MINIMO FONDAMENTO SCIENTIFICO,

dall'anatomia comparata, alla morfologia funzionale comparata fitozoologica, alla fisiologia comparata, ecc., ma addirittura sono pratiche che derivano, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, dalla provvisoria tremenda ed assoluta disperazione post-glaciale relativa alla specie umana, che si è trovata improvvisamente, ma provvisoriamente, in carenza assoluta di mele e frutta.

Come abbiamo già visto, per la specie umana mai c'è stata devianza H (anche per tutti i motivi predetti nell'apposito paragrafo), per cui la struttura del nostro sistema digerente è rimasto, ancora oggi, in generale fruttivoro, ed in particolare perfettamente malivoro.

A questo proposito si deve aggiungere che anche il fruttarismo (il fruttariano consuma diversi tipi di frutta) è una pratica innaturale, in quanto, come già visto, e' inesistemte un animale anatomicamente e fisiologicamente adatto a tutti i tipi di frutta, visto che ogni animale fruttivoro ha il suo frutto specie- specifico e, allo stesso tempo, gli altri frutti sono per lui fisiologicamente tossici o addirittura velenosi (ad esempio, moltissimi tipi di frutta anche mortale per la specie umana, come vedremo meglio più avanti), ma, comunque, essendo una pratica che rimane all'interno della struttura categoriale trofica generale dei fruttivori, di cui la specie umana fa parte, è, al limite, ma solo ed esclusivamente se attuato con l'impostazione fasica sostenibile, di cui parleremo più avanti, entro i margini massimi di tollerabilità tossiemica e tossicologica, ma, ovviamente, unicamente in termini provvisori, relativi al riavanzamento personale (nei modi postdetti) verso il melarismo.

Per la specie umana, infatti, solo la pratica melariana è una realtà naturale, in quanto è proprio esattamente l'unica pratica alimentare che, come abbiamo visto anche nel capitolo relativo all'anatomia comparata, morfologia funzionale comparata fitozoologica e fisiologia comparata (oltre che in tutti gli altri), riscontra la corrispondente struttura anatomica e fisiologica del sistema digerente, e cioè la struttura malivora.

PERFEZIONAMENTO "ALIMENTARE" PERSONALE (eterotrofo), UNICO METODO SALUTARE: METODO 6(MDA)

Passando, ora, alla pratica alimentare quotidiana, visto che il riavanzamento (TRANSIZIONE) personale, verso finalmente l'alimentazione adatta alla specie umana, va fatto in maniera graduale, del tutto l'unico modosalutare e semplice, e addirittura assolutamente indispensabile per evitare problemi, è il cosiddetto (effettuato solo ed esclusivamente nei modi e nei tempi descritti più avanti)

METODO 6(MDA)

["6" indica le 6 fasi "alimentari" da effettuare, "MDA" indica l'impostazione giornaliera (di ogni fase), che, dall'onnarismo al vegan-crudismo, è quella meno tossica, mentre, nel fruttarismo, diventa sostenibile, e, nel melarismo, diventa salutare]:

1) fase onnariana (MDA-1)

2) fase vegetariana (MDA-2)

3) fase vegan (MDA-3)

4) fase vegan-crudista (MDA-4)

5) fase FRUTTARIANA SOSTENIBILE (F1, F2, F3)

[Precisazione:

6) MELARISMO SALUTARE (M1, M2, M3).

- la fase vegetariana, dall'onnarismo toglie carne e pesce;
- la fase vegan, oltre carne e pesce, toglie anche uova, latte e derivati, e miele (usa quindi solo vegetali: frutta, verdura e semi, il tutto crudo o cotto);
- la fase vegan-crudista usa vegetali crudi: frutta, verdura e semi, il tutto crudo;
- la fase fruttariana usa la frutta (nei paragrafi relativi al fruttarismo si descriverà l'unico fruttarismo sostenibile);
- il melariano si nutre (unica nutrizione effettiva) di mele (nei paragrafi relativi al melarismo si descriverà l'unico melarismo salutare)].

Le "6" FASI: gradualità temporale.

Come gradualità temporale, l'ideale per la salute è effettuare ognuna delle suddette fasi nell'arco di un mese (con gradualità interna anche al mese stesso). Quindi, per arrivare al melarismo saranno ideali, proprio per la salute,

7 mesi per un onnariano,
6 mesi per un vegetariano,
5 mesi per un vegan,
4 mesi per un vegan-crudista
e 3 mesi per un fruttariano (per le tre fasi F1, F2 e F3).

Gradualizzare più velocemente o più lentamente è sempre dannoso per la salute, in quanto la procedura biochimica della disintossicazione aspecifica endo-cellulare ed eso-cellulare avanza in modo corretto solo ed esclusivamente con questi tempi (unicamente le 3 fasi transitorie F1, F2 e F3, si possono protrarre fino ad un massimo di 6 mesi l'una, per rimanere entro i limiti temporali di disintossicazione aspecifica corretta).

IMPOSTAZIONE GIORNALIERA MDA:
Il modo DEL TUTTO INDISPENSABILE PER LA SALUTE di condurre ogni fase.

Come per l'onnarismo, sono inesistenti il vegetarismo, il veganismo, il vegan-crudismo, il fruttarismo, ma solo ed esclusivamente una fase vegetariana, una fase vegan, una fase vegan-crudista e una fase fruttariana, assolutamente provvisorie (che devono durare i tempi suddetti).

Se una qualunque di queste fasi si tenta di farla diventare definitiva (sempre come per la fase onnariana), essendo, come abbiamo visto, del tutto innaturali per la nostra specie, tutte le nostre cellule accumuleranno gradualmente una tale quantità di tossine aspecifiche (che spiegheremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna), che è del tutto matematicamente certo che arriveremo, prima o poi, a malattie di qualsiasi tipo, dipendenti solo da quale organo (a seconda delle caratteristiche personali) avrà accumulato tossine aspecifiche in quantità maggiore.

Sempre come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna, la malattia comincia già nel momento stesso in cui si mette in bocca il primo "cibo" inadatto alla nostra specie, e l'unico motivo per cui sono assenti ancora i sintomi forti è che questi sorgono solo quando il numero di cellule intossicate maggiormente supera una certa soglia, diversa per ogni organo ed individuo.

Ma quando se ne sentono i primi sintomi chiari significa che le cellule intossicate maggiormente sono ormai miliardi di miliardi, e disintossicarle aspecificamente tutte, anche con i metodi più evoluti che vedremo più avanti, è un processo molto lungo e molto fastidioso.

Dunque, proprio per attutire i danni cellulari in accumulo, minuto dopo minuto, secondo dopo secondo, durante ogni predetta fase (come si dovrebbe fare, a maggior ragione, anche nella fase onnariana), si deve attuare solo ed esclusivamente l' IMPOSTAZIONE GIORNALIERA MDA: SICCOME L'ORGANISMO DI UNA SPECIE MALIVORA COME LA NOSTRA DEVE EVITARE MINIMAMENTE SUBIRE UN LETTERALE BOMBARDAMENTO DI TOSSINE ASPECIFICHE PER BEN TRE VOLTE AL GIORNO (COLAZIONE, PRANZO E CENA), perchè reggerebbe pochissimo prima di darci i primi sintomi, e sempre crescenti, di qualsiasi tipo di patologia, dobbiamo assolutamente sempre fare in modo che ALMENO I PRIMI 2 DEI SUDDETTI PASTI SIANO

IL PRIMO PASTO (colazione, detto "m"=mela) COMPLETAMENTE SENZA TOSSINE ASPECIFICHE,

- ED IL SECONDO PASTO (pranzo, detto "d"=frutta dolce) CON TOSSINE ASPECIFICHE POCO FORTI, e solo alla fine, al limite, MAI più di un pasto al giorno,

- il TERZO PASTO (cena, detto "a"=alcalinizzante) anche con eventuali tossine aspecifiche più forti (ecco, appunto, perchè l'impostazione giornaliera si chiama "mda").

In sintesi, quindi, in ogni singola fase "alimentare" pre-fruttariana, dall'onnarismo, al vegetarismo, al veganismo, al vegan-crudismo, è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE avere la seguente

IMPOSTAZIONE GIORNALIERA "MDA":

1) **COLAZIONE: "M"= Mela** [consumare da una a tre MELE rosse (mai meno di una e mai più di tre; ognuna del peso medio commerciale di due etti; almeno biologica e consumata compreso la buccia; durante la mattinata vanno assunte il prima possibile (a distanza di almeno un'ora l'una dall'altra) per attivare il metabolismo al massimo livello biochimico della mela che, oltre a bloccare il metabolismo tossico dovuto alla cena precedente, è l'unico che consente la vera nutrizione cellulare e la vera disintossicazione aspecifica)];

2) **PRANZO: "D" = frutta Dolce** [consumare tre tipi di frutta DOLCE (di quantità a sazietà; più avanti si vedrà perchè occorre unire più "cibi" aspecifici nello stesso pasto; evitare la frutta acida per i motivi post-detti)];

3) **CENA: "A"= Alcalinizzante** [consumare quasi esclusivamente i "cibi" più ALCALINIZZANTI (della fase "alimentare" che si sta attuando, cioè onnariana, o vegetariana, o vegan, o vegan-crudista; l'impostazione della cena in ognuna di queste fasi è esposta più avanti in ogni relativo paragrafo, in cui sono già stati selezionati i "cibi" più alcalinizzanti e come vanno solo minimamente alternati con quelli acidificanti].

Questa impostazione giornaliera MDA è ASSOLUTAMENTE l'UNICA che consente alle fasi pre-fruttariane, essendo ancora presenti anche dei cosiddetti "cibi" del tutto inadatti (cioè tossici) alla nostra specie, di costituire almeno ognuna una fase TRANSITORIA (ma solo se, appunto, ognuna PROVVISORIA, cioè attuata unicamente per consentirsi il passaggio alla fase "alimentare" successiva) con un livello meno tossico possibile; per ottenere ciò si sono dovuti tenere presenti soprattutto i QUATTRO PARAMETRI FONDAMENTALI di ogni modello alimentare, che la predetta impostazione MDA già contiene nel modo più bilanciato possibile, proprio nei limiti dei "cibi" aspecifici:

1) **l'ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO** per la specie umana, la MELA rossa [l'alimento specie-specifico è ovviamenteil parametro fondamentale, DEL TUTTO ESSENZIALE per la salute di qualsiasi specie animale, oltre che vegetale; come vedremo anche meglio, è altrettanto essenziale consumarlo come PRIMO alimento dell'intera giornata, e lasciarlo "lavorare" biochimicamente dentro di noi SENZA aggiungere nessun altra sostanza, liquida o solida (eccetto un po' d'acqua |non gassata| se lo richiede l'organismo, visto il pasto serale ancora aspecifico), per ALMENO tre o quattro ore prima del pranzo];

2) **l'EQUILIBRIO PROTO-LIPO-GLICIDICO;** [è già ottimamente bilanciato nell'impostazione MDA, attraverso una fase più glucidica, a colazione e a pranzo, dove servono assolutamente più energie fresche ma soprattutto SENZA L'IPER-PATOLOGICO BLOCCO della postdetta fase catabolica e anabolica circadiana, ed una fase più plastica (proto-lipidica), ma sempre in modo molto leggero e più digeribile, per la cena, che utilizza tutta la potente fase circadiana trofica notturna per il successivo assorbimento ed assimilazione totali];

3) **l' EQUILIBRIO ACIDO-BASE;** [anch'esso è già ottimamente bilanciato nell'impostazione MDA, ed è DEL TUTTO FONDAMENTALE visto la sempre più correlata scientificamente azione fortemente patologica del suo mancato bilanciamento all'interno ALMENO di ogni giornata; la mela rossa, in particolare stark, consumata a colazione, è l'unico alimento che nella nostra specie, lascia il pH perfettamente inalterato a 7,41, e che quindi senza bisogno di essere bilanciato; successivamente, la frutta dolce consumata a pranzo, essendo leggermente acidificante, è bilanciata proprio con la tipologia di cena decisamente alcalinizzante dell'impostazione MDA, che consente anche a tutte le ore notturne di mantenere nell'organismo un ambiente con una leggera alcalinità risultante dall'interazione con la frutta dolce diurna, che è ottimale anche per il corretto riposo notturno];

4) **il CICLO TROFO-FISIOLOGICO CIRCADIANO** specie-specifico [come vedremo meglio più avanti, è TOTALMENTE ESSENZIALE che sia rispettato, visto che anche una minima alterazione delle fondamentali fasi catabolica ed anabolica SOPRATTUTTO della predetta COLAZIONE e PRANZO comporta la distruzione TOTALE del delicatissimo equilibrio biochimico e biofisico interno all'organismo; di conseguenza, EVITATE DI MODIFICARE ASSOLUTAMENTE MAI ALMENO LE SUDDETTE COLAZIONE (mela rossa) E PRANZO (frutta dolce)

dell'impostazione MDA; eventuali, ma rare, eccezioni, possono essere inserite nella suddetta cena, come vedremo anche meglio nei paragrafi relativi ad ogni fase "alimentare"].

Il rispetto assolutamente CONTEMPORANEO di TUTTI E QUATTRO i suddetti PARAMETRI FONDAMENTALI e addirittura anche degli INNUMEREVOLI altri parametri secondari, fa dell' IMPOSTAZIONE GIORNALIERA "mda" la più AVANZATA impostazione giornaliera pre-fruttariana che possa esistere al mondo, per una specie, come la nostra, che ancora sta in veloce riassestamento verso la sua alimentazione specie-specifica.

Continuando una analisi ulteriore di questa ESSENZIALE IMPOSTAZIONE GIORNALIERA "mda", occorre sempre ricordare che

E' DEL TUTTO ESSENZIALE CHE I 2 PASTI PRIVI, e quasi privi, DI TOSSINE ASPECIFICHE SIANO PROPRIO RISPETTIVAMENTE I PRIMI DUE (COLAZIONE E PRANZO),

lasciando l'eventuale compito di smaltire tossine aspecifiche solo alla cena, visto, tra l'altro, che è l'unico pasto che consente all'organismo di avere tutta la notte (che, come vedremo più avanti, è la fase trofica del metabolismo circadiano umano, da orale a cellulare) per innescare l'eventuale lunghissimo processo di disintossicazione aspecifica, che, richiedendo anche moltissima energia, ci sviluppa pure della sonnolenza, la quale, inoltre, mentre di giorno è anche del tutto in contrasto con la nostra fisiologia, la sera facilita, invece, il naturale sonno.

Proprio per questo motivo, occorre sapere subito e sempre che qualsiasi sia il modello alimentare condotto, la prima cosa da fare, per almeno sperare che eventuali tossine aspecifiche successive evitino di portarci presto a malattie, è addirittura assolutamente essenziale che sia sempre quella di introdurre nell'organismo, come primo pasto (colazione), nell'arco della mattinata (man mano che ci si disintossica sempre più tardi nella mattinata) solo ed esclusivamente l'unico alimento al mondo che ha ZERO tossine aspecifiche per la specie umana: la mela rossa (ovviamente, almeno biologica, possibilmente biodinamica, consumata assolutamente con la buccia e a morsi, senza tagliarla).

Ciò deve sempre costituire, quindi, la totalità della nostra colazione, la cui quantità è quella che decide il nostro organismo, in base alla sua richiesta spontanea; normalmente se ne consumano da una (quantità ideale, se è almeno del peso medio di 2 etti) a tre [possibilmente mai consumarne di più, sia perchè aumentando la quantità si cominciano a perdere i benefici sulla salute della mela stessa, sia anche perchè, allo stesso tempo, una quantità maggiore ci fa correre il rischio di "stancarci" (della mela), cosa che mai deve accadere in quanto è del tutto essenziale che ciò sia fatto, invece, assolutamente tutti i giorni].

I liquidi perfettamente necessari, qualitativamente e quantitativamente, sono già contenuti nella mela stessa [ma se si ha sete, ovviamente per tossicosi, bere l'acqua (mai frizzante) di cui si sente il bisogno, ma assolutamente niente d'altro]. [Se si è poco abituati, arrivarci gradualmente, è assolutamente essenziale che sia il più velocemente possibile, massimo entro e mai oltre un mese (si possono seguire I consigli di sostituzione graduale della propria colazione e pasti successivi dati più avanti)].

La colazione va effettuata sempre assolutamente in questo modo anche perchè la mattina abbiamo lo stomaco, l'intestino, il sangue, il sistema linfatico, ed addirittura almeno il grosso dell'organismo, LETTERALMENTE PULITISSIMI, proprio perchè hanno avuto tutta la notte per digerire, assorbire ed assimilare tutte le sostanze della giornata precedente: è anche per questo motivo che la mattina ogni molecola che ingeriamo ha IL GRADO DI ASSORBIMENTO ESTREMAMENTE PIU' ALTO CHE IN TUTTO IL RESTO DELLA GIORNATA, E ADDIRITTURA UNA CONSEGUENZA SALUTISTICA SUL NOSTRO ORGANISMO MOLTIPLICATA E POTENZIATA PERSINO DI MOLTISSIME VOLTE in negativo se il "cibo" è inadatto alla nostra specie, ma, del tutto al contrario, invece, IN POSITIVO SE IL CIBO E' QUELLO SPECIE-SPECIFICO.

Di conseguenza la mattina (colazione) DOBBIAMO ASSOLUTAMENTE SFRUTTARE QUESTA PULIZIA ORGANICA TOTALE NOTTURNA PER POTENZIARE AL MASSIMO POSSIBILE TUTTE LE STRAORDINARIE QUALITA' E CAPACITA' MOLECOLARI DELLA MELA ROSSA ("m") (possibilmente della varietà "stark-deliziosa", che, come vedremo meglio più avanti, ha la biochimica e fisiologia perfettamente adatte alla nostra specie).

Sempre per fare in modo che il massacrante bombardamento di tossine aspecifiche più forti mai cominci subito già dal secondo pasto (il pranzo), e per tutti i motivi fondamentali appena predetti, ovviamente a pranzo

E' ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE RIMANERE FISIOLOGICAMENTE ALMENO QUASI PULITI, E NUTRIRSI COL QUASI MASSIMO GRADO DI ASSORBIMENTO, E POTENZIARE DI MOLTE VOLTE LE CONSEGUENZE SALUTISTICHE POSITIVE DEL PRANZO STESSO consumando TRE TIPI DI FRUTTA DOLCE ("d"), (di quantità a sazietà), quindi, ad esempio, a scelta tra pere, banane, melone (esistono anche varietà invernali), pesche, kaki, fichi, uva, ciliege, albicocche, prugne, ecc.;

(più avanti si vedrà meglio perchè occorre unire più "cibi" aspecifici nello stesso pasto, azione che è innaturale SOLO per il cibo specie-specifico, ma che, come per tutte le altre specie animali, quando si usano "cibi" aspecifici, cioè inadatti alla specie animale, diventa almeno sufficientemente biochimicamente COMPENSATORIA, se effettuata nei modi pre e post-

detti, visto anche che ogni cosiddetto "cibo" aspecifico, se assunto da solo nel pasto, sbilancia e concentra completamente l'assetto molecolare tossiemico in una sola e quindi MOLTO MAGGIORMENTE DANNOSA direzione fisio-patologica, che invece, del tutto al contrario, va sempre DIFFERENZIATA, TROFO-DILUITA e DECONCENTRATA il più possibile), (inoltre, evitare la frutta acida, per i motivi che spiegheremo sempre più avanti).

Unicamente dopo che ci siamo, dunque, assicurati questo scudo fisiologico minimamente sufficiente contro l'azione di profonda lesione biochimica di eventuali tossine aspecifiche più forti, possiamo la sera, a cena ("a"), al limite, azzardarci (nelle fasi alimentari predette che lo prevedono) ad introdurre nel nostro organismo un "cibo" inadatto alla nostra specie (quindi diverso da mela) con tossine aspecifiche più forti, e relativo, ovviamente, alla fase di perfezionamento "alimentare" che abbiamo raggiunto, ma

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON LA MODALITA' DETTA, appunto, "a" (="alcalinizzante"):

Cioè, si possono consumare anche gli altri "cibi" aspecifici relativi alla fase "alimentare" condotta, ma essi dovranno essere sempre quelli ALCALINIZZANTI (salvo eventuali rare eccezioni), e, precisamente, proprio il più possibile alcalinizzanti in assoluto di ogni categoria "alimentare" (di quelle relative alla propria fase "alimentare"), sia in quanto devono bilanciare l'effetto fisiologico del pranzo che, essendo composto da frutta dolce (diversa da mela), come vedremo meglio più avanti, è leggermente acidificante, e sia in quanto la maggior parte dei condimenti determina acidificazione.

Ovviamente, i cibi più alcalinizzanti (dell'intera propria fase "alimentare") vanno sempre scelti, nella postdetta scala di tossicità "alimentare", il più rigorosamente possibile (sia come categoria che internamente alla categoria) tra quelli meno tossici. [In qualsiasi fase "alimentare" ci si trovi, nella parte "a", occorre sempre assolutamente ridurre al minimo possibile (sia come quantità che come frequenza) qualsiasi eventuale eccezione di "cibo" acidificante, scegliendo almeno, sempre il più possibile, i meno acidificanti (come da elenco nel paragrafo relativo ai "cibi" acidificanti e alcalinizzanti)].

Nei paragrafi relativi alle varie fasi "alimentari", da onnariana a melariana, vi saranno dettagli ulteriori.

Eventuale "forma di disintossicazione":
basta fare un "passettino" indietro (nel perfezionamento alimentare), e, una volta passata, continuare ad andare avanti

Ricordare, poi, sempre che, siccome durante il perfezionamento alimentare personale ci si sta anche disintossicando, cioè escono letteralmente tossine dal nostro corpo (specialmente tramite gli apparati escretori), gradualmente giorno dopo giorno, se, per caso, in qualsiasi fase del perfezionamento alimentare, si manifesta qualche sintomatologia che appare "strana" (qualche reazione cutanea, doloretti, ecc.; ovviamente in caso di assenza di farmaci o di qualsiasi altra causa contingente possibile) è una cosiddetta "forma di disintossicazione" (a rigore scientifico, è una leggera intossicazione INDIRETTA, che vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna);

in questo caso significa che ci si sta disintossicando troppo velocemente, cioè le tossine (accumulate nel passato, "cibi" aspecifici, residui di farmaci presi anche decenni prima, ecc.) stanno uscendo dalle cellule troppo velocemente; infatti, ogni cellula, quando glie lo consentiamo nutrendoci meglio, estraendo tossine dalla propria struttura interna, le riversa nel sangue per farle filtrare poi dai reni, eliminandole quindi principalmente attraverso le urine; se questo processo di eliminazione tossiemica avviene troppo velocemente possiamo avvertire dei leggeri disturbi, e, in questo caso è sufficiente (visto che la disintossicazione mai deve superare la velocità di sintomatologia negativa ZERO) rallentare la nostra disintosicazione facendo solo un "passettino" indietro nel nostro perfezionamento alimentare (cioè, ad esempio, reintroducendo l'ultimo "cibo" che avevamo eliminato dalla nostra alimentazione, e che, nella postdetta scala di tossicità alimentare, è ovviamente leggermente più tossico, in modo tale da frenare leggermente la disintossicazione) per poi, a sintomatologia terminata, ricominciare ad andare avanti.

[Mai prendere farmaci, altrimenti, e tossine che già abbiamo, invece di fuoriuscire dall'organismo, rimangono soffocate dentro, ma addirittura ci intossichiamo ulteriolmente con le sostanze del farmaco (anche cosiddetto "naturale")].

Impostazione giornaliera "mda":

la sua assoluta indispensabilità in quasiasi fase "alimentare" la rende anche il massimo livello "alimentare" conosciuto addirittura sull'intero pianeta. Innescata l'abitudine (in breve tempo) è anche l'impostazione fasica PIU' FACILE IN ASSOLUTO

I vantaggi dell'impostazione fasica "mda" sono assolutamente enormi ed addirittura numericamente infiniti, ad esempio:

- la sensazione di piacere nel gustare una mela diventa, man mano che ci disintossichiamo le papille gustative, ogni giorno sempre più alta fino a diventare addirittura la sensazione più piacevole in assoluto rispetto al "mangiare"

qualsiasi altro"cibo" al mondo;

- dopo poche settimane, quando gradualmente si inizia ad innescare finalmente il perfetto metabolismo del fruttosio (grazie specialmente alla mela mattutina), si ha finalmente la massima sensazione di sazietà completa per tutto l'arco della giornata (la mela nutre al massimo livello tutte le cellule dell'organismo umano e quindi, a metabolismo del fruttosio innescato, mai manda al cervello la sensazioe di fame);

- sempre dopo poche settimane, quando, come predetto, gradualmente si inizia ad innescare finalmente il perfetto metabolismo del fruttosio, si ha finalmente la massima sensazione di assenza di sete per tutto l'arco della giornata (la mela determina la massima idratazione cellulare umana e quindi, sempre a metabolismo del fruttosio innescato, non fa mai mandare al cervello nemmeno la sensazione di sete);

- se ci si arriva gradualmente, diventa immediatamente la cosa più facile da seguire, e, col tempo, sempre di più la cosa a cui mai rinunceremmo, visto sia l'enorme piacere nel farlo e sia l'immensa sensazione, da subito e nelle ore successive (oltre che continua nell'intera vita), di potentissima salute che ne consegue; la sensazione di salute (addirittura potentissima e immensa) che dà la mela (rossa) nessun altro frutto o "cibo" al mondo la dà;

- la sensazione di energia è assolutamente massima per tutta la giornata, sia a livello fisico, per il quale la quasi nulla formazione anche di acido lattico porta a mai avvertire mai la sensazione di stanchezza, e sia a livello mentale, in cui si prova una sensazione di potentissima lucidità mentale, del tutto mai provata prima in vita nostra, con una velocità ma al tempo stesso profondità di pensiero immense;

- Ovviamente, c'è anche finalmente la massima comodità a colazione e a pranzo (senza cucinare, usare condimenti, lavare pentole, lavare piatti, avere una cucina, pagare per tutto ciò, ecc.), finalmente nessuna perdita di tempo (oltre che inutile, se si utilizza altro, anche fortemente dannosa per la salute), finalmente nessun pensiero su cosa si deve mangiare a colazione e quasi nessuno a pranzo, finalmente nessuna fatica per la preparazione [la mela (e la frutta dolce) almeno biodinamica o biologica mai va lavata o strofinata per evitare di diminuire la quantità di vitamina B12, che sta proprio solo ed esclusivamente sopra la parte esterna della buccia; se si trasporta l'ideale è usare una bustina di cotone biologico], il massimo del piacere anche visivo, visto che la mela rossa è anche molto bella a vedersi (e la frutta dolce è comunque colorata), la massima soddisfazione interiore di sapere che si sta al massimo livello alimentare, e quindi salutistico, al mondo, ecc.;

- lasciando le papille gustative pulite tutta la giornata, alla cena sentiremo talmente più intensamente il sapore dei "cibi" che ci basterà anche una sola piccola semplicissima cosa per provare una sensazione di grandissimo piacere (e avendo finalmente lasciato al nostro stomaco le sue dimensioni naturali, e mai allargate, ci sembrerà, addirittura anche con poca frutta, di aver effettuato una cena squisitissima ma addirittura enorme di qualsiasi cosa);

- questo meccanismo di piacere col minimo ci aiuterà, quindi, estremamente di più di qualsiasi altra impostazione alimentare, ad arrivare molto più velocemente e senza alcuno sforzo al fruttarismo ed al melarismo. (L'impostazione "mda", inoltre, toglie, infatti, di tantissimo qualsiasi voglia di "trasgressione", di verdure e semi, e anche di qualsiasi altro "cibo");

- scompare del tutto e per sempre la necessità di farmaci o rimedi di qualsiasi tipo per la nostra salute; e con essi scompaiono tutti i precedenti malori e la relativa necessità di soldi per comprare i farmaci o rimedi stessi, e tutta la perdita di tempo e fatica complessive che tutto questo comporta, comprese la relative visite mediche, analisi di ogni tipo, ecc.;

- addirittura nemmeno ci ricorderemo quasi più cosa vuol dire sentirsi "poco bene", nè tanto meno le parole "raffreddore", "malattia", o "medico", o "medicina", o "ospedale", ecc.; saranno finalmente, e per sempre, cose per noi assolutamente "primitive" e lontanissime dalla nostra persona, che viaggia invece velocissimamente verso una salute sempre più assolutamente perfetta;

- se si va ad esempio in viaggio, o in escursione (anche a piedi in natura), finalmente mai si è più costretti a portarsi fastidiosissimi interi zaini pesanti di roba da "mangiare", nè con in più la abbondante e pesantissima acqua (vista la predetta assoluta assenza di fame e di sete) che, invece, con qualsiasi altro "cibo", occorrerebbe assolutamente portare; in ecovillaggio (o meglio ev-sn, di cui parleremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica), l'impostazione "mda" diminuisce subito di addiritturaalmeno 2/3 (due terzi) tutta la fatica di coltivazione del proprio

"cibo" (è come aver già prodotto persino i 2/3 del proprio "cibo", già per tutto il resto della propria vita);

- in città diminuisce subito di addirittura 2/3 tutta la quantità di soldi necessaria per comprare il proprio cibo (ed il corrispondente tempo perso per comprarlo; inoltre c'è un ulteriore risparmio di tempo visto che le mele, avendo anche la durata di conservazione massima tra tutti i frutti al mondo, si possono anche comprare, al limite, pure una volta al mese);

- diminuisce subito di addirittura 2/3 anche il nostro consumo dell'acqua (che in ecovillaggio va prodotta e in città va pagata), sia per l'alimentazione che, in ecovillaggio, anche per la coltivazione (è come si fosse già prodotto persino i 2/3 della propria acqua, già per tutto il resto della propria vita);

- diminuisce di 2/3 la quantità di spazzatura inquinante che ogni volta dobbiamo formare, pensare a dividere e specialmente caricarci e buttare;

- l'impostazione "mda", determinando nel nostro cervello la formazione massima di neurotrasmettitori indolaminici, ci conferirà la massima allegria, addirittura profondamente costante per tutta la giornata, e per tutto il resto della nostra vita, divenendo, gradualmente, sempre più vera e propria felicità. [Un cervello nutrito sempre più con le mele (rosse) è impossibile che sia mai profondamente triste, anche proprio per lo specialissimo quadro neurotrasmettitoriale prodotto].

- il punto precedente ha la diretta conseguenza che ci migliorano enormemente anche tutti i rapporti interpesonali, dai più vicini e cari, fino a quelli più lontani;

- ci si semplifica talmente la vita sotto tutti gli aspetti,che sarà molto più facile per noi progettare ed organizzare un ecovillaggio (o, meglio ev-sn) su queste basi di semplicità assoluta. (Anche per uscire il più possibile dalla schiavitù dei soldi);

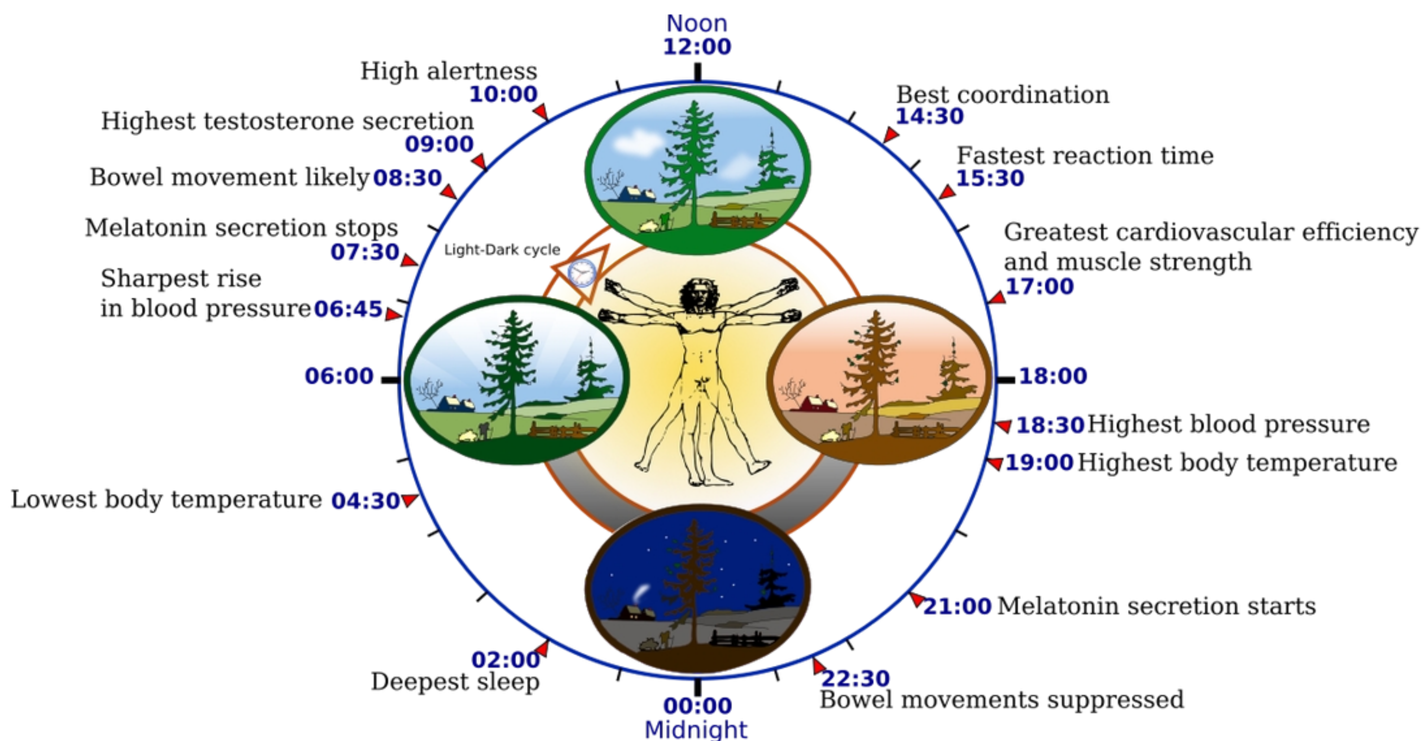
- con il proprio esempio brillante, si può diffondere molto più facilmente questa impostazione alimentare, aiutando anche gli altri a stare infinitamente meglio, sotto tutti gli aspetti della vita, e addirittura a guarire da qualsiasi cosa negativa al mondo (a cominciare dalle cosiddette "malattie", come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne). (Ricordarsi sempre di fare arrivare le persone all'impostazione "mda" gradualmente, ma, al tempo stesso, di farcele arrivare con la gradualità più veloce possibile; bastano anche poche o alcune settimane);

- dopo una colazione (e per il pranzo quasi) al massimo livello esistente per la specie umana, la cena "a" (relativa ad ogni fase "alimentare") è assolutamente l'unico modo al mondo che ci consente di avere il livello "alimentare" sempre comunque al massimo di salute possibile (relativo alla fase "alimentare" raggiunta) (sempre però, come predetto, proprio per la salute ottimale, solo ed esclusivamente come fase di avvicinamento al fruttarismo e poi al melarismo);

- ecc.

L'impostazione giornaliera "mda" è perfetta anche per il massimo equilibrio possibile (relativo alla fase "alimentare" raggiunta) del CICLO TROFO-FISIOLOGICO CIRCADIANO dell'organismo della SPECIE UMANA

E' ormai scientificamente chiarissimo (da numerosissime ricerche scientifiche, anche biochimico-fisologiche) che l'organismo UMANO segue un CICLO TROFO-FISIOLOGICO CIRCADIANO (cioè di circa 24 ore) molto particolare e che va ASSOLUTAMENTE RISPETTATO se si vuole rimanere minimamente in salute; questo ciclo trofo-fisiologico segue fondamentalmente il movimento del sole, e consta di 3 fasi fondamentali:



2) fase ANABOLICA;
3) fase TROFICA.

1) Fase CATABOLICA.

Dall'alba fino a quando il sole raggiunge la massima altezza (circa alle ore 12), l'organismo umano è in fase (trofo-fisiologica) fondamentalmente CATABOLICA, cioè di ELIMINAZIONE di tutti i residui metabolici degli alimenti consumati la giornata precedente.

Durante tutta questa fase, quindi, l'organismo umano, è trofo-fisiologicamente predisposto fondamentalmente solo all'eliminazione delle cosiddette scorie metaboliche, e, di conseguenza, MAI bisogna introdurre cibo (nè solido nè liquido); quindi, in stadio di alimentazione specie-specifica umana, anche la prima mela della giornata mai va consumata antecedentemente alle ore 12 [tuttavia nelle fasi di perfezionamento “alimentare” pre-melariane, essendo nella cena presenti ancora diverse tossine aspecifiche, la mattina, per bloccare il loro metabolismo tossico, si deve consumare una mela il prima possibile (anche per aiutare la disintossicazione)].

2) Fase ANABOLICA.

Dalla massima altezza del sole fino a circa un'ora prima del tramonto (la media mondiale è tra le 12 e le 8 di sera), l'organismo umano è in fase (trofo-fisiologica) fondamentalmente ANABOLICA, cioè di COMBUSTIONE ed utilizzo effettivo massimo di tutti i principi nutritivi assunti la giornata precedente. Durante tutta questa fase, quindi, l'organismo umano è trofo-fisiologicamente predisposto fondamentalmente solo alla combustione ed utilizzo massimo del cibo consumato in precedenza, e, di conseguenza, in alimentazione specie-specifica umana, mai va assunto alcun tipo di cibo (nè solido nè liquido) [ovviamente, però, sempre per motivi di disintossicazione aspecifica, durante tutta la predetta transizione dall'onnarismo al fruttarismo compreso, occorre assumere il secondo pasto (frutta dolce o mele, del pranzo) intorno alle 2 del pomeriggio].

3) Fase TROFICA.

Da circa un'ora prima del tramonto fino all'alba, l'organismo umano è in fase (trofo-fisiologica) fondamentalmente TROFICA, cioè relativa alla ASSUNZIONE del cibo (ma proprio solo circa un'ora prima del tramonto), ed alla conseguente digestione, assorbimento ed assimilazione del cibo stesso.

Durante questa fase, quindi, l'organismo umano è trofo-fisiologicamente predisposto fondamentalmente solo al consumo del cibo (come predetto, solo circa un'ora prima del tramonto; quello è l'unico momento naturale per la specie umana per

mangiare; ovviamente l'ideale, dopo tutta la predetta fase di transizione, sarebbe introdurre, nel predetto momento, l'unico pasto naturale della specie umana, che, come abbiamo visto, è costituito da una mela rossa naturale delle dimensioni della mano semiaperta della persona che la raccoglie, cioè mediamente di circa 4 etti), alla digestione, cioè separazione molecolare del cibo, all'assorbimento, cioè al passaggio delle molecole nutrizionali al sangue, e all'assimilazione, cioè al passaggio delle molecole nutrizionali dal sangue anche all'interno delle singole cellule.

In questo modo, la mattina, trovandosi ogni molecola nutrizionale finalmente in una situazione di potenzialità di utilizzo immediato endocellulare o esocellulare, l'organismo umano sarà perfettamente pronto anche alla massima dinamicità in salute.

Di conseguenza, durante la fase notturna mai introdurre cibo (nè solido nè liquido), (si può fare un'eccezione nell'inverno extratropicale in cui il sole, tramontando nel pomeriggio, ove e' impossibile la cena circa un'ora prima del tramonto; in questa società, conviene, quindi, cenare, anche d'inverno, intorno alle 7 di sera).

Come vedremo meglio più avanti, quando si è quasi completamente disintossicati aspecificamente, cioè come minimo dalla fase fruttariana-crudista (solo frutta cruda), questo bioritmo naturale umano si risveglia gradualmente in modo automatico e sempre più forte, e succede che la persona può provare la sensazione di fame sempre più unicamente tra le 12 e il tramonto.

In particolare, solo ed esclusivamente nel melariano, una volta completamente disintossicato aspecificamente, il predetto bioritmo naturale umano si riattiva in modo talmente perfetto che la persona prova la sensazione di fame finalmente una volta sola nella giornata, proprio esattamente intorno ad un'ora prima del tramonto, a conferma ulteriore anche delle predette ricerche biochimiche e fisiologiche.

Ancora una ennesima volta, basterebbe solo questo per dimostrare che la specie umana è malivora. Ovviamente, qualsiasi fase alimentare si sia raggiunta, mai bisogna mangiare ad orari prestabiliti (rigidamente), invece, seguire sempre unicamente le indicazioni del nostro personale organismo, e quindi mangiare solo quando si ha fame (ed eventualmente bere acqua solo quando si ha sete).

[Tenendo però sempre presente che, come si è visto, il numero naturale di pasti giornalieri nella specie umana è uno, e che quindi bisogna sempre tendere a farne il meno possibile (ovviamente alzandone, nel contempo, sempre la qualità), fino, come vedremo, a raggiungerne gradualmente uno solo, e, ancora gradualmente, sempre più melariano (di quantità, ancora gradualmente, sempre più unitaria)].

Comunque, questo CICLO TROFO-FISIOLOGICO CIRCADIANO, applicato alla società di oggi, e all'impostazione "alimentare" giornaliera assolutamente essenziale dell' "mda", diventa quindi il seguente:

- COLAZIONE ("m"): (mela rossa, nella quantità descritta anche più avanti per la singola fase "alimentare"), bisogna farla il prima possibile nella mattinata (specialmente nelle primissime fasi della transizione "alimentare" occorre, comunque, iniziare a consumare la prima mela la mattina, poco dopo che ci si sveglia, in quanto va bloccato almeno il grosso del metabolismo tossico dei "cibi" aspecifici che si consumano la sera precedente, e che fanno richiedere all’organismo un ausilio essenziale anche per la relativa disintossicazione aspecifica proprio dalle prime mele; se si ha sete, bisogna sempre bere, e solo acqua, mai frizzante) [finchè serve, l'acqua ideale da bere è quella più naturale in assoluto: quella piovana (più avanti si vedrà la struttura di raccolta ideale, anche con eventuali opportuni filtri, per gli ecovillaggi)].

- PRANZO ("d"):(tre tipi di frutta dolce, a sazietà; anche nei modi pre e postdetti) occorre farlo il più possibile equidistante tra colazione e cena (ad esempio, se si fa colazione intorno alle 8 di mattina e si sa che si cena intorno alle 7 di sera, il pranzo conviene farlo intorno alle 2 del pomeriggio).

- CENA ("a"): (i cui "cibi" "a" dipendono dalla fase "alimentare" raggiunta) conviene farla intorno alle 7 di sera. [da ricordare che: riguardo il ciclo trofo-fisiologico circadiano, nei casi di modifica (rispetto al naturale) dell' arco di veglia (cioè il periodo tra la sveglia e il sonno principale), quest'ultimo diventa più importante della posizione del sole; quindi, per le persone che per lavoro o altri motivi devono utilizzare (anche provvisoriamente) un arco di veglia traslato (cioè anticipato o posticipato, anche di molto) rispetto a quello naturale suddetto, occorre intendere i predetti termini "colazione", "pranzo" e "cena" rispettivamente come "1° pasto", "2° pasto" e "3° pasto", i cui orari devono essere ANCH'ESSI TRASLATI COME L'ARCO DI VEGLIA, e inseriti in esso con le STESSE proporzioni temporali usate nell'arco di veglia naturale predetto (il quale va comunque sempre ripristinato il prima possibile, e, al limite, variato solo come rara eccezione, esattamente per l’equilibrio fisiologico salutare del nostro organismo)].

Ovviamente, come si nota chiaramente da tutto quanto esposto, l'impostazione "mda", nel procedere nelle predette varie fasi di perfezionamento alimentare personale, è esattamente quella più in sincronia in assoluto proprio con questo ciclo trofo-fisiologico giornaliero della specie umana, e di conseguenza, l'unica impostazione che consente una salute in miglioramento. Infatti, per la mattina ed il pomeriggio, proprio quando nel ciclo trofo-fisiologico umano e' assente

l'assunzione di cibo, l'impostazione "mda" toglie il massimo possibile di alimenti [lasciando però solo ed esclusivamente la massima qualità alimentare in assoluto per la colazione, cioè la mela rossa, e la massima qualità possibile per il pranzo (di transizione), cioè la frutta dolce], e per la sera, che, invece, è assolutamente l'unico momento fisiologicamente adatto per la specie umana per l'introduzione di cibo, l'impostazione "mda" prevede proprio la "a"(=alcalinizzante), e cioè l'unico pasto costituito da un maggiore quantità di cibo (sempre molto digeribile), proprio in perfetta sincronia anche con il predetto ciclo trofo-fisiologico umano.

[Ovviamente, come accennato, i "cibi" consigliati (più avanti) per la cena delle varie fasi "alimentari", sono assolutamente tutti anche della più semplice "digestione" possibile, e quindi nella massima sincronia proprio con la cena].

Questo è, dunque, un ennesimo straordinariamente enorme vantaggio dell'impostazione "alimentare" giornaliera "mda", proprio per la nostra massima salute possibile (relativa alla fase "alimentare" raggiunta).

Impostazione giornaliera "mda": anche la scienza istintologica conferma ulteriolmente il predetto ciclo trofo-fisiologico della specie umana

Assolutamente tutti gli esperimenti diretti sulla specie umana di fruttarismo ed in particolare di melarismo, condotti addirittura in tutto il pianeta, hanno chiarissimamente dato lo stesso risultato istintologico; come già accennato, in una persona dalla fase fruttariana-crudista (cioè solo frutta cruda) in avanti, si determina gradualmente un reinnesco deciso dell'istinto naturale della specie umana: la mattina, prima delle ore 12 circa, avverte istintivamente sempre più, nessuna sensazione di fame e nemmeno di minimo appetito, e addirittura di fastidio al solo eventuale pensiero di mangiare.

Comincia invece, molto gradualmente, ad avvertire una minima possibilità di appetito unicamente proprio dalle circa 12 in poi, con un picco massimo solo ed eslusivamente intorno ad un'ora prima del tramonto. Addirittura nel melariano avanzato (da M2 in poi), come già accenato, la sensazione di appetito si avverte solo ed esclusivamente intorno ad un'ora prima del tramonto.

Gli esperimenti sono stati condotti con tutte le variazioni possibili, dalla latitudine alla longitudine geografiche mondiali, al sesso maschile o femminile, all'età, all'attività fisica e mentale, alla temperatura, ecc.; assolutamente tutti hanno dato sempre lo stesso identico risultato:

LA SPECIE UMANA E' FISIOLOGICAMENTE ADATTA AD UN SOLO PASTO, ASSOLUTAMENTE UNICO, NELLA GIORNATA, LA SERA, INTORNO AD UN'ORA PRIMA DEL TRAMONTO.

Ciò è anche perfettamente in linea con l'unico principio biofisico fondamentale che segue qualsiasi struttura materiale dell'universo, appunto anche biologica: il principio della minima energia.

L'organismo biologico, infatti, è progettato per vivere il più possibile sempre spensierato ed il meno possibile preoccupato della ricerca di cibo, che, infatti, è una tendenza sempre più chiara man mano che si procede verso specie animali filogeneticamente, e quindi anche biochimicamente, più evolute, fino alla fisiologia più perfetta, come abbiamo in parte visto ma come vedremo meglio più avanti, della specie umana, assolutamente l'unica che, passando definitivamente anche dal metabolismo del glucosio al metabolismo del fruttosio, innesca finalmente, per la prima volta in tutta la storia evolutiva della vita, anche la biomeccanica trofica a minima energia, cioè quella che evita finalmente all'animale uomo la continua (come negli erbivori), o frequente (nei restanti fruttivori), ricerca di cibo, ma, proprio del tutto al contrario, la sua fisiologia lo lascia finalmente e totalmente libero di godersi tutta la immensa bellezza della vita, sotto tutti gli aspetti, durante tutto l'arco della giornata.

L'innesco della sensazione di appetito viene, infatti, introdotto solo la sera proprio perchè è anche il momento esattamente energeticamente più funzionale in quanto, come già visto nel ciclo trofo-fisiologico umano, il cibo, anche il più biochimicamente evoluto come la mela, per essere utilizzato alla perfezione ha bisogno di essere "lavorato" (e questo toglierebbe inutilmente e dannosamente anche energie utili ed importanti proprio di giorno, che serve, invece, per tutto il resto della vita, invece che per le comunque complesse ed energeticamente dispendiose fasi di digestione, assorbimento, assimilazione, fino all'immagazzinamento cellulare molecolare).

Con assoluta lentezza dal nostro organismo, addirittura moltissime ore, prima di poter dare il risultato bioenergeticamente più potente in assoluto: quindi con la selezione genetica temporale della specie, in queste ore di assoluta necessità di pace di "lavorazione" del cibo sono state poste proprio nella fase più tranquilla del ciclo circadiano, e cioè di notte, fase temporale in cui, come abbiamo visto, l'organismo può, con tutta calma e quindi perfezione biochimica, digerire, assorbire, assimilare ed immagazzinare fino all'ultima molecola, il cibo assunto la sera, arrivando solo la mattina dopo ad essere perfettamente pronto, con tutte le molecole nutrizionali già totalmente ai perfetti "posti di combattimento", alla massima esplosione di energie possibile, che gli durano proprio tutta la giornata.

Impostazione giornaliera "mda": anche addirittura l'"istintologia storica" dell'etimologia conferma ulteriolmente il predetto ciclo trofo-fisiologico della specie umana

Tutto ciò è anche confermato dalla statistica delle abitudini istintive storiche tendenziali relative alla specie umana, a tal punto che addirittura l'etimologia (derivazione antica) stessa delle parole "colazione", "pranzo" e "cena", lo conferma perfettamente (l'etimologia di una parola si forma anche in migliaia di anni di esperienza popolare, derivando quindi da un dato scientifico di enorme ampiezza, sia numerica che temporale, molto significativo, anche per la scienza statistica moderna):

- la parola "colazione" deriva esattamente da "collatus", participio presente di "confero", che significa "portare insieme" indicando l'unione dei "cibi" che si faceva tra più persone solo ed esclusivamente per la cena, ed il suo significato assolutamente mai riguarda un qualsiasi pasto, anche minimo, relativo alla mattina. A rigore, quindi, "colazione" significava assolutamente ed esattamente "cena". Dunque, un qualsiasi pasto ufficiale di mattina, addirittura mai è esistito nella specie umana.

- la parola "pranzo" deriva esattamente da "prandium", che a sua volta deriva da "pre-dies", che deriva più anticamente da "pro-endeos", che significa letteralmente "avanti-poco", ad indicare che, a sole alto, l'eventuale "cibo" introdotto era sempre quasi nullo. A rigore, quindi, "pranzo" significava "quasi niente". (Ciò semmai a conferma solamente dell'innesco, dopo le ore 12, della predetta fase trofo-fisiologica anabolica, in cui, cioè, l'organismo entra gradualmente in combustione ed utilizzo massimo delle sostanze trofiche, ma assolutamente mai in fase trofica). Dunque, anche un qualsiasi pasto ufficiale effettuato poco dopo le 12, addirittura mai è esistito nella specie umana.

- la parola "cena", invece, del tutto al contrario dalle due precedenti, deriva esattamente da "cum-edo", che significa letteralmente proprio "mangiare (insieme)". La sottolineazione definitiva che solo ed esclusivamente la parola "cena" significa "mangiare", ci arriva inequivocabilmente dall'etimologia ancora più enormemente antica della parola "cena" stessa, la cui radice etimologica iniziale è "kad" (addirittura dall'antichissimo sanscrito) che significa esattamente proprio, ancora una volta, "mangiare". L'etimologia antica è precisissima anche riguardo la collocazione temporale esatta di questo assolutamente unico momento naturale in cui si mangiava.

Il fatto che ciò avveniva solo ed esclusivamente intorno proprio a poco prima l'orario del tramonto (e solo nell'inverno extratropicale avveniva addirittura poco dopo di esso) ce lo confermal'istintologia antropica diretta e persino l'istintologia antica: "cena" (e quindi il "mangiare") era talmente il mangiare solo ed esclusivamente della sera che in antico si chiamava "vesperna", che deriva da "vespera", che significava esattamente e perfettamente proprio "sera". (A sua volta da "serus"= "tardo", ad indicare la tardissima parte del giorno che va esattamente da poco prima del tramonto al buio totale della notte).

Dunque, anche l'antichissima etimologia della parola "cena" indica finalmente e chiarissimamente l'assoluta unicità giornaliera dell'atto del "mangiare" relativamente alla specie umana, e addirittura pure il momento esattissimo in cui, persino storicamente e fino anche alla derivazione più antica, l'istinto naturale della specie umana (addirittura anche in condizioni di non totale disintossicazione, ma, comunque, molto più vicino ai ritmi circadiani naturali rispetto ad oggi) la ha portata a consumare ("mangiare") il suo unico vero pasto giornaliero: la sera, cioè poco prima del tramonto (e, solo nell'inverno extratropicale, addirittura poco dopo di esso).

Quindi, ASSOLUTAMENTE L'UNICO PASTO UFFICIALE GIORNALIERO, ADDIRITTURA DA SEMPRE ESISTITO, RELATIVAMENTE ALLA SPECIE UMANA E' STATO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LA CENA.

Impostazione giornaliera "mda": determina la MASSIMA POTENZA SALUTISTICA ma addirittura la MASSIMA POTENZA TERAPEUTICA possibili (relative alla fase "alimentare" raggiunta), (tra persino tutte le impostazioni fasiche possibili)

Le innumerevoli prove scientifiche sperimentali umane, e le relative prove scientifiche analitiche di ogni tipo, dimostrano chiarissimamente che l'impostazione fasica (cioè di ogni fase) "mda" (ovviamente solo ed esclusivamente con direzione migliorativa verso il melarismo, come vedremo meglio anche più avanti):

- determina la massima salute fisica possibile per la relativa fase "alimentare" raggiunta;
- l'energia è addirittura quasi esplosiva e persino quasi incontenibile durante l'intero arco della giornata;
- determina la massima salute cerebrale possibile per la relativa fase "alimentare" raggiunta;
- la lucidità ed energia mentale arriva a livelli di perfezione addirittura assolutamente mai provati prima;

- la sensazione di pulizia interna e di benessere generale arriva a piani di piacere mai provati prima;
- innescando una disintossicazione aspecifica (spiegata nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne) graduale e, quindi, anche potentissima, oltre a costituire una "alimentazione" fasica perfetta, per chi ne avesse bisogno, determina anche inevitabilmente la massima potenza terapeutica fasica, eliminando, gradualmente e, man mano che si procede nelle varie fasi "alimentari" sempre più totalmente, qualsiasi patologia precedentemente in corso (come vedremo meglio sempre nel predetto capitolo);
- determinando il massimo livello di disintossicazione fasica, conferisce, allo stesso tempo, il massimo livello di longevità (fasica) con aspetto fisico giovane (i cui motivi scientifici saranno spiegati nel capitolo relativo alla gerontologia moderna);
- la sinergia tra gli infiniti fattori potentissimi di positività organica, compresi tutti quelli appena predetti, porta, col tempo, alla massima allegria e, gradualmente, alla felicità;

Impostazione giornaliera "mda": anche sua cena (parte "a"). SCALA DI TOSSICITA' "ALIMENTARE"

Le varie fasi di perfezionamento "alimentare" personale "mda", dalla fase onnariana "mda" alla fase vegan-crudista "mda", hanno i primi due pasti ("md"= colazione e pranzo) di frutta (rispettivamente mela rossa e frutta dolce), ed il terzo ("a"= cena) che procede, tramite la posdetta scala di tossicità "alimentare" (cioè dei "cibi") (in base alla loro inadeguatezza fisiologica naturale con la nostra specie), verso la sempre minore tossicità dei cosiddetti "cibi".

Quindi, come predetto, sia tra una fase e l'altra e sia all'interno della stessa fase, occorre sempre procedere con una gradualità che, nel dettaglio, è costituita dalla seguente SCALA DI TOSSICITA' "ALIMENTARE" (o dei "cibi") [scendendo la scala decresce la tossicità (per la specie umana)]:

carnei:
-carne
-pesce
-uova

lattei:
-derivati del latte
-latte
-miele

semi:
-legumi
-cereali
-semi oleosi
-semi germinati

verdure:
-funghi
-germogli
-radici
-fusti
-foglie
-fiori

frutta:
-frutta acida
-frutta essiccata dolce
-frutta essiccata ortaggio
-frutta ortaggio
-frutta grassa
-frutta dolce
-mela (verde, gialla, rossa).

Alcune precisazioni:

- i prodotti animali (carnei e lattei) vanno eliminati (come vedremo meglio, sostituendoli dapprima con analoghi vegetali) il prima possibile (sempre con la predetta gradualità temporale), proprio per la loro tossicità estrema

(come abbiamo visto anche nel capitolo relativo alla fisiologia comparata);

- stessa identica cosa vale anche per i prodotti vegetali diversi da frutta (cioè semi e verdure), tenendo, inoltre, molto bene presente che:

- il legume più tossico in assoluto è la soia, specialmente per la quantità massimamente distruttiva di proteine, per la potenza tossica estrema delle sue sostanze secondarie, e per la massima acidificazione (o ossidazione) del sangue;

- i rimanenti legumi sono, per gli stessi motivi, comunque ancora altamente tossici, quasi come la soia stessa (moltissimi nutrizionisti ufficiali, persino a livello mondiale, definiscono i legumi addirittura "sostanze quasi peggio della carne");

- la forma più tossica in assoluto dei cereali è il seitan (e analoghi), specialmente per l'estrema quantità di proteine, di sostanze tossiche secondarie, e per la forte acidificazione del sangue;

- ma tutte le altre forme (meglio se integrali e biologici) in cui si usano i cereali, hanno una tossicità solo di poco inferiore: i cereali più tossici sono quelli contenenti glutine (grano, farro, orzo, ecc.), il cereale meno tossico è il mais (seguito lontanamente da miglio e riso);

- la estrema tossicità dei semi oleosi è data anche (come dice il nome stesso) dalla estrema quantità di grassi, che, ad esempio, nella noce sono addirittura il 60%; [come si nota dalla suddetta scala di tossicità "alimentare", i semi oleosi sono meno tossici dei cereali cotti, ma questo solo se consumati in minima quantità];

- i semi oleosi sono noci, mandorle, nocciole, ecc. (come vedremo meglio più avanti, il loro rivestimento esterno al guscio è "frutta secca", ma, nutrizionalmente, noi mangiamo solo il seme);

- i semi oleosi meno tossici sono gli anacardi e le nocciole, specialmente per la relativamente minore quantità proteica, anche se, come per tutti i semi oleosi, è sempre in eccesso estremamente tossico;

- i semi germinati (da non confondere con i germogli), che sono spiegati meglio nel paragrafo relativo al vegan-crudismo (anche la loro preparazione), sono, ad esempio, avena, farro, grano, ecc. che (lasciandoli in umido) hanno solo germinato, cioè tirato fuori solo anche meno di un millimetro di radichetta e fusticino, però, proprio per questo, già morbidi al punto di poterli mangiare crudi, quindi con tutti gli infiniti vantaggi biochimici e fisiologici del crudo (anche se, ovviamente, persiste l'abbondanza di sostanze tossiche secondarie, tipica dei semi);

- i funghi, per moltissimi motivi, sono le peggiori verdure; innanzi tutto, hanno molte caratteristiche biologiche tipiche addirittura degli organismi animali (fisiologicamente specialmente l'eterotrofia, e anatomicamente diverse strutture anche cellulari);

  queste caratteristiche animali sono piuttosto accentuate, tanto che alcuni li hanno persino classificati in un regno a parte, cosa che, peraltro, non è scientificamente esatta in quanto, a rigore, le loro caratteristiche vegetali sono comunque sempre in estrema prevalenza (sono dei vegetali particolari, ma sono sempre dei vegetali, dei tipi particolari di piante; tra l'altro hanno un apparato radicale, da cui appunto si nutrono, un fusto, detto gambo, ed una sviluppo aereo superiore, detto cappello; da quest'ultimo producono l'analogo dei semi, che sono le spore). Tuttavia le predette caratteristiche animali dei funghi, fanno sì che la loro tossicità per la specie umana aumenti di molto rispetto proprio a tutte le altre verdure.

  I funghi hanno anche uno dei tipi peggiori in assoluto di nutrizione animale: in genere sono saprofiti, cioè si nutrono di cadaveri già in putrefazione e fermentazione, e nella migliore delle ipotesi sono parassiti, conferendo tutto ciò al loro organismo una fisiologia particolare, che aumenta ancora di molto la tossicità, specialmente per la nostra specie.

  Altra caratteristica negativa è la elevata percentuale proteica (che, come abbiamo visto, è l'unità strutturale che, anche in piccolo eccesso, ha la massima capacità organica distruttiva), la più elevata persino tra tutte le verdure.

  Addirittura, anche i funghi considerati meno tossici, quelli in commercio, hanno, proprio nella loro fisiologia naturale di base, ancora moltissime sostanze altamente tossiche per la specie umana, ed ogni giorno se ne scoprono delle altre. Una precisazione terminologica (sui funghi): il fungo che si usa normalmente è composto da una parte

radicale (analoga delle radici, da cui appunto si nutre, detto anche corpo ipogeo, cioè sotterraneo), e da una parte aerea (gambo e cappello, analoghi rispettivamente del fusto e della chioma aerea, detti anche corpo sporifero, in quanto il cappello produce le spore, che escono da appositi fori posti sulla parte bassa del cappello stesso).

Ora, per quanto riguarda il corpo sporifero (sporifero significa, appunto, "portatore di spore", da "fero"= portare), mai bisogna farsi confondere da un gergo botanico antico e del tutto inesatto, che lo chiamava con la dizione fuorviante, ma addirittura del tutto opposta, "corpo fruttifero" [infatti il termine "fruttifero" significa "portatore di frutta" (e si riferisce solo esclusivamente alle piante più evolute, le spermatofite, come ad esempio gli alberi fruttiferi tipo il melo, il pesco, ecc.), ma che, ovviamente, nel caso dei funghi,assolutamente ha nulla a che fare con la frutta, ma persino, come vedremo meglio anche più avanti, ha a che fare con il suo esatto opposto, cioè proprio con le suddette spore; inoltre, la frutta, la cui definizione botanica esatta è "ingrossamento dell'ovario (di un fiore)", compare su questo pianeta solo molte addirittura centinaia di milioni di anni dopo, con le piante, come predetto, al contrario, più fisiologicamente evolute in assoluto, dette spermatofite, che sono proprio le uniche piante al mondo che producono fiori, e, quindi, i frutti; il frutto, poi, è ciò circonda un seme, e, nel caso dei funghi, il seme non esiste; il lontano analogo del seme, nel caso dei funghi, è la spora, la quale, tra l'altro, non essendo circondata da assolutamente niente, non esiste addirittura nemmeno il lontano analogo del "frutto"].

- i germogli (pur essendo meno tossici dei semi, anche germinati) sono tra le peggiori verdure, specialmente per il relativo eccesso proteico e di sostanze tossiche secondarie (sono molto simili ai semi, in quanto appena derivati proprio da loro), ma le altre verdure hanno una tossicità solo di poco inferiore;

- le radici sono, ad esempio, la carota, il ravanello, ecc.;
- i fusti sono, ad esempio, il finocchio, il sedano, il cuore di palma, ecc.;
- le foglie, ovviamente, sono, ad esempio, la lattuga, il cavolo, ecc.
- i fiori sono, ad esempio, i cavolfiori, i broccoli, ecc.
- all'interno delle singole categorie di frutta, gli esempi principali(sempre in ordine di tossicità decrescente, dal più tossico al meno tossico) sono:

- per la frutta acida: limone, arancia, ananas, kiwi, pompelmo, mandarancio, mandarino, ecc.; [la frutta acida è sempre posta all'ultimo posto, come categoria di frutta "commestibile" più tossica in assoluto per la specie umana, proprio per la sua estrema dannosità sulla nostra salute, per moltissimi fattori (è anche estremamente acidificante), come vedremo meglio più avanti; possiamo mantenerlo per un pò (almeno fino al primo livello di fruttarismo sostenibile, come postdetto), ma è assolutamente indispensabile assumerne il minimo possibile, mai più di una volta a settimana, e con altre accortezze specificate sempre più avanti];

- per la frutta essiccata dolce: carruba, datteri essiccati, fichi essiccati, uva essiccata, prugne essiccate, albicocche essiccate, mele essiccate, ecc.; [la frutta essiccata dolce, pur essendo (di poco) meno tossica della frutta acida, è, tra l'altro, decisamente acidificante; di conseguenza, occorre sempre farne un uso molto limitato (come si vedrà, dal fruttarismo sostenibile 2, andrà eliminata totalmente). Si può rendere leggermente meno acidificante, reidratandola (mettendola dentro un barattolo e coprendola d'acqua, o, meglio, di centrifugato di mela, per qualche ora, fino a che si rigonfia il più possibile assorbendo il liquido esterno), ma, anche in questo modo, va consumata il minimo possibile, mai più di due volte a settimana, e con le stesse altre accortezze della frutta acida];

- per la frutta essiccata ortaggio: melanzane essiccate, peperoni essiccati, zucche essiccate, zucchine essiccate, cetrioli essiccati, pomodori essiccati, ecc.; [la frutta essiccata ortaggio è compresa nel fruttarismo sostenibile (come eccezione, meglio nei fine-settimana) in quanto è leggermente alcalinizzante; essa, oltre ad essere gustosa già consumata da sola (specialmente a papille gustative disintossicate), viene usata ottimamente per numerosissime ricette fruttariane (alcune viste più avanti), anche con procedure di essiccazione completamente diverse];

- per la frutta ortaggio: melanzane, peperoni, zucche, zucchine, cetrioli, pomodori, ecc.; [la frutta ortaggio mai si deve assolutamente confondere con le "verdure": infatti "ortaggio" vuol dire solo "coltivato nell'orto", ma sono piante da orto anche molte piante erbacee che producono frutti, come proprio quelle suddette; come accennavamo e come vedremo meglio più avanti, la definizione scientifica di frutto è "ingrossamento dell'ovario (di un fiore)" (cioè, praticamente, il frutto è "tutto ciò che contiene un seme"): quindi, il pomodoro è esattamente un frutto, il cetriolo è esattamente un frutto, la zucchina è esattamente un frutto, la zucca è esattamente un frutto, il peperone è esattamente un frutto, la melanzana è esattamente un frutto, ecc.; la definizione di frutto è addirittura del tutto diversa dalla definizione di "verdura" che è "pianta (o parte di essa, cioè foglia, fusto, radice, ecc.)", specialmente perchè, come abbiamo visto e vedremo meglio più avanti, mentre il frutto è fatto dalla pianta solo ed

esclusivamente per essere mangiato, la "verdura", invece, del tutto al contrario, è (proprio scientificamente) solo ed esclusivamente un cadavere di pianta, cioè una vera e propria bistecca di pianta (tessuti vegetali), (infatti, se anche prendiamo una parte di essa, ad esempio la radice o il fusto o l'apparato polmonare |le foglie|, muore assolutamente tutta la pianta, e, anche nel caso dei tessuti di una foglia singola, sempre scientificamente è il cadavere di una foglia];

- per la frutta grassa (a rigore è grasso-proteica): olive, avocado, ecc.;

- per la frutta dolce: fragole, more, lamponi, datteri (freschi), papaja, mango, banana, anguria, melone, ciliegie, fichi, uva, prugna ,albicocca, pera, kaki, pesca, ecc.; [anche i datteri freschi, specialmente nel fruttarismo, vanno presi solo come eccezione (massimo due volte a settimana) in quanto, tra l'altro, sono concentrati in zuccheri quasi come la frutta essiccata, e, quindi, con la quasi totalità di tutte le sue conseguenze negative, che vedremo meglio più avanti];

- infine, la mela è, ovviamente, messa in una categoria a parte proprio perchè è l'unico alimento adatto alla specie umana; le mele più adatte alla nostra specie, come vedremo meglio più avanti, sono proprio le mele rosse (il colore rosso indica, oltre la presenza delle preziosissime antocianine, che sono dei potentissimi antiossidanti, tutta una biochimica e fisiologia generale molto diverse) anche per il tipo delle migliaia di sostanze chimiche naturali presenti, assolutamente perfette per la nostra totale fisiologia, sia livello qualitativo, che strutturale, Quantitativo, proporzionale, disposizionale, ecc.

Differenza tra vita e struttura nutrizionale,

Dfferenza tra essere vivente e frutto. Come vedremo meglio anche più avanti, la definizione scientifica di "vita" è esattamente "ciò che si nutre". Cioè la "vita" riguarda ciò che attua continuamente una dinamica nutrizionale, vale a dire esattamente "unità strutturali specifiche che entrano e altre unità strutturali specifiche che escono" (ad esempio, noi mangiamo solo alcune volte al giorno, ma ogni nostra singola cellula si nutre in continuazione, proprio 24 ore su 24, "bruciando" in continuazione il cibo che abbiamo ingerito, anche solo per mantenere continuativamente la nostra temperatura corporea).

Infatti, anche la definizione etimologica di "vita" riguarda sempre proprio la nutrizione, avendo esattamente la stessa radice etimologica delle parole "vitto", o "vivanda", o "viveri", che significano sempre la stessa identica cosa: "cibo".

E' difficile formare una struttura macroscopica organica che sia morta, in quanto essa tende ad essere degradata velocemente nelle sue componenti strutturali più piccole, sia per motivi interni che esterni ad essa.

E' anche per questo motivo che la natura ci ha messo oltre 4 milardi di anni per riuscire (solo circa 60 milioni di anni fa) a costruire una struttura organica macroscopica senza esser viva, ma che, allo stesso tempo, si conservi intatta almeno per un certo tempo; questa struttura è quindi proprio biochimicamente, evolutissima, e addirittura l'unica struttura organica macroscopica sull'intero pianeta che è assolutamente mai viva: il frutto.

Il frutto nasce, infatti, proprio come difesa della pianta, che, come abbiamo visto, addirittura fin dall'inizio della fase primordiale pluricellulare in poi (dopo, cioè, la fase unicellulare in cui il ciclo H si chiudeva proprio con un "microfrutto" primitivo, già privo di vita, in quanto oligomolecolare), ha sempre dovuto combattere per evitare di farsi mangiare parti vitali di se stessa, esattamente dalla componente animale più vicina.

Per far ciò, la pianta ha dovuto "inventare" una struttura organica "esterna" ad essa, esclusivamente a scopo nutrizionale, appunto il frutto, e poi, per rendere chiarissimo all'animale che è solo ed esclusivamente quello che deve mangiare, ed assolutamente mai altro (qualsiasi altra cosa, come foglia, fusto o radice, danneggerebbe enormemente o ucciderebbe la pianta stessa),

lo ha colorato (per attrarre visivamente l'animale),

lo ha profumato (per attrarre olfattivamente l'animale),

lo ha reso dolce e gustoso (per innescare anche l'attrazione gustativa dell'animale), ecc.

Quindi, quando la pianta, circa 60 milioni di anni fa, ha "inventato" il frutto, ha creato la prima e unica struttura macroscopica organica non vivente, e lo ha fatto, dunque, solo ed esclusivamente a scopo nutrizionale animale, proprio per evitare di farsi come minimo danneggiare, uccidendo altre sue parti, viventi, appunto. IL FRUTTO E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UNA STRUTTURA NUTRIZIONALE. E, come abbiamo già visto, mangiando un frutto, NE SI DANNEGGIA, NE' TANTO MENO SI UCCIDE NESSUNO (è stato creato dalla pianta proprio per questo), MA

ADDIRITTURA SI CONSENTE ALLA PIANTA LA SUA RIPRODUZIONE (disseminazione zoocora), gettando poi il seme (epizoa, tipica dei primati, compreso l'uomo), o defecandolo (endozoa, tipica degli uccelli).

A conferma di tutto ciò, è la fisiologia stessa del frutto. Il frutto, come abbiamo visto, è l'ingrossamento dell'ovario di un fiore; quando inizia questo ingrossamento il frutto è verde (frutto acerbo), proprio perchè sulla sua struttura esterna ci sono i cloroplasti, che gli servono per letteralmente costruire tutte le sostanze nutrizionali, proprio accumulando le quali, il frutto trae il suo stesso ingrossamento; quando l'ingrossamento è terminato (frutto maturo), i cloroplasti si trasformano in cromoplasti (da "cromo"=colore) ed il frutto si colora.

Allo stesso tempo dal picciolo di collegamento con la pianta smette di passare linfa, il metabolismo parziale precedente (comunque mai vitale, in quanto solo di entrata e mai di uscita) del frutto cessa del tutto, e si trasforma tecnicamente in stasibolismo (cioè mai vitale, vale a dire senza unità strutturali specifiche in entrata o in uscita dal frutto; il termine "stasibolismo" deriva proprio dal fatto che e' cessata assolutamente vita, il frutto ha finito il ambiamento strutturale, da cui è assolutamente impossibile usare più nemmeno la parola vitale "matabolismo" in quanto deriva da "metabole" che vuol dire invece proprio esattamente "cambiamento"), rimanendo, dunque, solo la biochimica antidegradativa (esclusiva dello stasibolismo), cioè quella biochimica minima assoluta che gli consente di evitare di degradare organicamente le sue strutture per un certo tempo (proprio in attesa di essere mangiato).

Dunque, per definizione stessa di "vita", cioè "unità strutturali specifiche che entrano ed unità strutturali specifiche che escono", il frutto mai è vivo, nè in fase di maturazione in corso, in quanto mai ci sono "unità strutturali specifiche che escono", nè tanto meno in fase di maturazione completata, in quanto addirittura cessano di esserci "unità strutturali specifiche che entrano" (dal picciolo smette di entra la linfa), nè "unità strutturali specifiche che escono" (cioè mai vengono appunto utilizzate per vivere, proprio perchè servono solo ed esclusivamente a far vivere chi ne mangia).

In sintesi biologica, quindi, mentre la "vita" è "ciò che si nutre", il frutto è, diversamente, "ciò che nutre". Ma per capire tutto ciò bastava anche una minima logica, visto che il frutto nemmeno si nutre, ma palesemente nemmeno si riproduce, e quindi nemmeno fa figli, tutte caratteristiche che, invece, sono sempre potenzialmente presenti in assolutamente tutti gli esseri "viventi".

Conclusione, quando si sente chiedere "ma anche con la frutta si uccide?" si può subito rispondere:

"ASSOLUTAMENTE NO, IN QUANTO IL FRUTTO è, MA UNA STRUTTURA NUTRIZIONALE".

E si può anche aggiungere:

"MAI SI UCCIDE NESSUNO, MA ADDIRITTURA SI SALVA LA VITA DELLA PIANTA (embrione), IN QUANTO SI CONSENTE LA SUA RIPRODUZIONE".

Il concetto fondamentale del crudismo: un "cibo" (il più possibile) mai deve essere "vivo", ma, del tutto al contrario, solo ed esclusivamente a "struttura nutrizionale" E' ovvio che anche qualsiasi cosa di "vivo" (come verdura o seme) si possa mettere in bocca, dopo già la primissima masticazione essa morirà, e già in bocca si avrà scientificamente esattamente un cadavere.

A maggior ragione, ciò che si ingoierà sarà solo ed esclusivamente un cadavere. Quindi, quello a cui deve stare attentissimo anche un crudista, la cosa che mangia sia "viva" [in quanto, anche in quel caso, nel suo stomaco ci sarà comunque un cadavere, i cui effetti biochimici di base, come vedremo meglio più avanti, sia che si tratti di cadavere animale, sia che si tratti di cadavere vegetale (senza avere un sistema digerente compatibile), è sempre assolutamente identica ed estremamente tossica (decomposizione anaerobica protidica, glucidica, ecc.)], ma che la cosa che mangia sia assolutamente una "STRUTTURA NUTRIZIONALE"(cioè, come abbiamo visto, solo ed esclusivamente un frutto), vale a dire l'unica struttura progettata dalla natura proprio esattamente per nutrirlo.

Anzi, anche nel crudismo, sempre come abbiamo visto, bisogna stare attentissimi precisamente alla cosa opposta: che la cosa che si mangia mai deve essere un "vivente", proprio in quanto, sia che si metta in bocca crudo o cotto, quello che si ingoierà sarà comunque un cadavere. (Addirittura nemmeno scottando, o anche cuocendo, un frutto otteniamo biologicamente, persino neanche lontanamente, un "cadavere", proprio in quanto il frutto, non essendo "vivo", mai potrà morire).

Quindi, è banale che l'unico modo al mondo per evitare di mangiare cadaveri (o comunque una biochimica cadaverica, come quella dei prodotti lattei, come vedremo meglio più avanti), è solo ed esclusivamente proprio quella di evitare di mangiare esseri "viventi", in quanto è proprio la parola "vivente" che la fa diventare, come minimo nel nostro stomaco, un cadavere (in altre parole, solo una cosa "viva" può morire).

La natura, invece, ha previsto che la specie biochimicamente più evoluta in assoluto, come quella umana (insieme agli altri primati fruttivori), si nutrisse non di una struttura in partenza "vivente" (progettata dalla natura solo per la sua stessa vita, e che, appunto, presuppone sempre l'ingoiare un cadavere), ma, diversamente, di una struttura addirittura già in partenza

"nutrizionale", e quindi che mai riguarda la vita di ciò che è mangiato, ma riguarda la vita proprio esclusivamente esattamente di colui che mangia.

Insomma, anche per i crudisti, man mano che si avanza nel perfezionamento "alimentare" personale,
CIO' CHE MANGIAMO MAI DEVE ASSOLUTAMENTE ESSERE "VIVO", MA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE "NUTRIZIONALE"

[cioè, proprio biochimicamente, progettato dalla natura precisamente per nutrire perfettamente; la specie vegetale fruttifera ha infatti tutto l'interesse che la specie animale che mangia i suoi frutti si diffonda il più possibile, proprio in quanto più quest'ultima si diffonderà e più semi di quella specie vegetale saranno gettati e, quindi, più quest'ultima si diffonderà a sua volta; quindi la pianta (anche in termini evoluzionistici, e proprio in maniera del tutto opposta relativamente a verdure e semi) farà di tutto affinchè la nutrizione, data dalla sua frutta alla specie animale relativa, sia assolutamente perfetta].

Differenza tra FRUTTO e seme; c'è una differenza enorme, sono due settori vegetali addirittura assolutamente OPPOSTI, e, di conseguenza, con una biochimica ASSOLUTAMENTE OPPOSTA: confonderli è l'ERRORE PIU' GRAVE in assoluto che si può commettere

Mai si deve assolutamente fare confusione tra queste due categorie vegetali, in primo luogo perchè, come abbiamo visto, mentre il frutto ha una finalità biologica solo ed esclusivamente NUTRIZIONALE (cioè è fatto dalla pianta solo per essere mangiato), esattamente all'opposto, il seme ha una finalità biologica solo ed esclusivamente RIPRODUTTIVA (cioè è fatto dalla pianta solo per riprodursi), di conseguenza quest'ultimo contiene dei potenti antinutrizionali per tutte le specie animali (persino per quelle che hanno effettuato la devianza H relativa), ma la pianta, proprio per difendere suo figlio dall'essere mangiato, mette dentro la sua struttura i peggiori veleni in assoluto che la natura conosce, proprio solo ed esclusivamente per cercare di uccidere subito l'animale che solo si azzardasse a mangiarne, dall'acido cianidrico (che si trasforma proprio in cianuro), a potentissimi alcaloidi, a tossicissimi glicosidi, come anche diverse tipologie molto tossiche di tannini, numerose tipologie molto tossiche di saponine, e tutte le restanti MIGLIAIA potentissime fito-tossine, Ecc. (le già menzionate micidiali sostanze secondarie killer).

Quindi, la confusione tra frutto e seme mai ci deve assolutamente essere, soprattutto perchè, proprio anche per i suddetti motivi, l'impatto tossico di tutti i semi sulla nostra salute è violentissimo.

Comunque, mai ci si può sbagliare, perchè la distinzione è chiarissima e netta, per l'assolutamente opposta definizione scientifica (botanica):

-il frutto è l'ingrossamento dell'ovario (per i più evoluti, del ricettacolo) (di un fiore);

-il seme è, del tutto al contrario, l'ovulo accresciuto (di un fiore).

Il frutto è, quindi, solo ed esclusivamente la polpa (compresa la buccia). Dunque il seme, anche terminologicamente, mai fa parte del frutto [che, appunto, è costituito solo ed esclusivamente dalla polpa (compresa la buccia)], ma, al contrario, è solo una altra, funzionalmente opposta, parte della pianta (esattamente suo figlio). Il seme, dunque, mai è "del frutto", ma "della pianta". Il fatto che il frutto sia posto vicino al seme è solo ed esclusivamente perchè ciò è fuzionale alla sua disseminazione (l'animale mangia il frutto e getta istintivamente il seme lontano dalla pianta).

Facciamo degli esempi:

-nella pesca, il frutto è la polpa (compresa la buccia); il seme è, ovviamente, il nocciolo interno;
-nel fico, il frutto è la polpa (compresa la buccia); i semi sono, ovviamente, i nocciolini interni (che si defecano interi);
-nella noce, il frutto è il mallo verde esterno (cioè la polpa che, essendo secca, è chiamata, appunto, frutto secco); il seme è, invece, proprio il nocciolo interno che tutti conosciamo come "noce".

Quindi, la noce è costituita dal frutto (cioè la polpa) e dal seme, ma (dalla specie umana) viene mangiato solo il seme. [E' esattamente come se della pesca gettassimo la polpa (il frutto) e mangiassimo solo il seme]. Stessa identica cosa vale anche per tutti gli altri frutti secchi (col seme), come mandorle, nocciole, castagne, noce di cocco, ecc.: sono costituite da frutto (es: mallo) e seme, ma (dalla specie umana) viene mangiato solo il seme.

-nel grano (il "chicco" di grano), il frutto "sarebbe" la cuticola più esterna (chiamata frutto secco indeiscente), finissima e praticamente impercettibile (meno di un decimo di millimetro), e per la nostra specie immangiabile e soprattutto altamente tossica ["sarebbe" perchè, a rigore, questa cuticola (la parte esterna del tegumento, con il quale ultimo si produce la crusca), fa anch'essa parte, invece, proprio del seme, avendo un ruolo importante nella germinazione stessa, a tal punto che se si toglie il seme non germina più; quindi il frutto del grano, in realtà, è assente]; il seme "sarebbe" tutto il resto del chicco (ma, a rigore, è proprio esattamente tutto il chicco di grano, compresa la predetta cuticola esterna). Quindi, il chicco di grano (detto cariosside) è costituito solo ed esclusivamente dal seme. Stessa identica cosa vale anche per tutti gli altri cereali, in cui, quindi, il chicco (ad esempio, di riso, di farro, di avena, ecc.) è costituito solo ed esclusivamente dal seme. [A

rigore, in botanica moderna, molto più precisa (visto che si avvale anche di microscopia elettronica), il frutto delle graminacee (ad esempio, del grano) è esattamente la spiga (che è precisamente un frutto secco multiplo, tecnicamente membranoso e calicico |cioè derivante dalla struttura del calice|); il seme è, invece, proprio tutta la cariosside (cioè tutto il "chicco"), (che, tra l'altro, infatti, deriva da "karyon"= seme)].

-nel fagiolo (struttura detta "legume"), il frutto è il baccello esterno [chiamato, appunto, frutto (secco) a baccello]; i semi, invece, sono proprio i noccioli interni che tutti conosciamo come "fagioli". Quindi, il fagiolo è costituito dal frutto (cioè il baccello) e dai semi, ma vengono mangiati solo i semi. [Anche qui, è esattamente come se della carruba gettassimo la polpa (il frutto) e mangiassimo solo i semi].

Stessa identica cosa vale anche per tutti gli altri legumi come ceci, lenticchie, ecc.: sono costituiti da frutto (baccello) e semi, ma vengono mangiati solo i semi.

Ora, da queste semplicissime definizioni scientifiche, risulta chiarissimo che la categoria "alimentare" dei semi, come semi oleosi (noci, nocciole, ecc.), cereali (grano, riso, ecc.), legumi (fagioli, lenticchie, ecc.), ecc., nulla a che fare, ma è addirittura assolutamente OPPOSTA alla categoria alimentare della frutta.

A livello SALUTISTICO bisogna sempre ricordare che anche e specialmente la COMPOSIZIONE CHIMICA del FRUTTO è precisamente l'esatto OPPOSTO di quella del seme (soprattutto dei semi oleosi come noci, nocciole, mandorle, anacardi, pistacchi, arachidi, ecc., ma, in generale, di tutti i semi), ad esempio:

- il frutto ha mediamente oltre l'85% di acqua, il seme ha mediamente meno del 3% di acqua;
- il frutto ha mediamente meno dell'1,9% di grassi, il seme oleoso ha mediamente oltre il 60% di grassi;
- il frutto ha mediamente meno dell'1,7% di proteine, il seme oleoso ha mediamente dal 20% al 30% di proteine;
- il frutto ha solo carboidrati semplici, nel seme oleoso c'e assenza carboidrati, e l'eventuale minimo presente sono carboidrati complessi;
- il frutto ha ZERO sostanze secondarie Killer, il seme è l'elemento PIU' PIENO IN ASSOLUTO di sostanze secondarie KILLER;
- il frutto ha una finalità biochimica NUTRIZIONALE (per animali), il seme ha una finalità biochimica RIPRODUTTIVA (della pianta);
- il frutto ha una destinazione biochimica per animali FRUTTIVORI, il seme ha, al limite, una destinazione biochimica per uccelli GRANIVORI (come le galline), o per RODITORI (come gli scoiattoli), che hanno una ANATOMIA e FISIOLOGIA completamente diversa e addirittura OPPOSTA a quella umana (come abbiamo visto nel capitolo relativo alla fisiologia comparata, e come vedremo meglio più avanti);
- ecc.

Alcuni hanno fatto confusione per il solo semplicissimo motivo che questi semi, come abbiamo appena visto, in natura, sono tutti CIRCONDATI da un cosiddetto frutto secco (per la nostra specie, incommestibile) [i semi oleosi da un frutto secco normalmente indeiscente (ad esempio, il mallo della noce) , i semi dei cereali da un frutto secco indeiscente (ad esempio, la cuticola del grano, o, più precisamente, la spiga), i semi dei legumi da un frutto secco deiscente (ad esempio, il baccello del fagiolo)].

Dunque, quando si sente, del tutto erroneamente, dire che le noci, nocciole, ecc. (o cereali, o legumi, ecc.) che mangiamo sono "frutta secca", bisogna subito correggere: "QUELLO CHE NOI MANGIAMO E' IL SEME" (il quale è solo circondato da un frutto secco, che è incommestibile).

Questo enorme e gravissimo errore, specialmente per la salute, ha portato, tra l'altro, una parte dei "fruttariani" nel mondo a "nutrirsi" anche di semi, credendo fossero frutta, e arrivando, col tempo, anche loro, a numerosi ed anche gravi problemi di salute. Assolutamente essenziale per la salute: nella predetta scala di tossicità dei "cibi" quello successivo è sempre meno tossico (rispetto al precedente), anche in caso di cibo scottato, non biologico, di serra, importato, ecc.
In scienza dell'alimentazione moderna è ormai chiarissimo che la priorità salutistica tra la categoria alimentare di un "cibo" ed il fatto, ad esempio, di essere crudo, la detiene sicuramente, e di gran lunga, la predetta categoria alimentare (anche come posizione esatta all'interno della suddetta scala di tossicità dei "cibi"). Ad esempio, tra i suddetti, anche il peggior frutto (commestibile) è sempre molto meno tossico della "migliore" lattuga. Come esempio più particolare, la melanzana

(che è un frutto), addirittura se fosse scottata (il minimo che basta), è sempre infinitamente più salutare di una qualsiasi foglia di lattuga cruda, in quanto quest'ultima, essendo una struttura cadaverica (cioè un cadavere), contiene comunque sempre le famose sostanze secondarie killer che servono proprio per letteralmente cercare di uccidere chi ne mangia, per la semplicissima difesa biochimica (descritta nel capitolo relativo alla fisiologia comparata) degli altri individui della sua stessa specie, contrariamente alla melanzana che, essendo un frutto, e quindi progettato dalla natura proprio solo ed esclusivamente per essere mangiato, anche per aiutare la pianta alla disseminazione, quest'ultima ha nessun interesse di uccidere chi ne mangia, ma addirittura ha un interesse enorme ad aiutarlo biochimicamente mettendo proprio nel frutto stesso tutte le sostanze biochimiche più salutari possibile per l'animale che ne mangia (al massimo ci possono essere, come in tutti i frutti aspecifici, sostanze mai adatte alla specie, ma mai le tremende sostanze secondarie killer, come anche in una foglia di lattuga); anche la sua eventuale scottatura (al limite anche la cottura) mai è in grado di creare sostanze della tossicità così potente come quella delle sostanze secondarie killer, risultando infatti, a tutte le analisi, estremamente meno tossiche.

Allo stesso modo la peggiore verdura è sempre molto meno tossica del "miglior" seme, e così via.

Ad esempio, la cicoria, persino anche fosse scottata, è sempre molto meno tossica di una noce cruda, in quanto la noce (cosa già spiegato meglio nel capitolo relativo alla fisiologia comparata), essendo un seme, cioè, quando la mastichiamo, il cadavere del figlio della pianta, contiene delle sostanze secondarie killer molto più potenti della verdura stessa, che la pianta madre ha posto nel seme figlio proprio per cercare di uccidere chiunque uccidesse a sua volta suo figlio, semplicemente per una difesa biochimica della sua specie [le piante predate (come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, proprio scientificamente, anche l'erbivorismo è una relazione interspecifica predatoria) impossibilitate ad attuare una difesa con calci o divincolamenti come un animale predato, e la selezione naturale ha fatto evolvere solo quelle le piante che letteralmente uccidevano biochimicamente più animali che si nutrivano dei loro figli (semi)].

Quindi, quando ci apprestiamo ad avanzare nelle varie fasi di perfezionamento "alimentare", dobbiamo dare sempre la precedenza di importanza, prima che a qualsiasi altra cosa, come al crudo o, a maggior ragione, alla stagionalità o importazione (anche il peggior frutto biologico di serra o importato è infinitamente meno tossico, ad esempio addirittura, di una foglia di insalata biologica no di serra, sempre in quanto comunque il solo fatto di essere cresciuto in ambiente più caldo, o per un viaggio, mai farà produrre ad un qualsiasi frutto nessuna delle sostanze estremamente tossiche secondarie killer contenute a miliardi sempre anche nella più "perfetta" foglia di insalata) o al biologico (anche l'agricoltura non biologica usa sostanze che sono comunque sempre enormemente meno tossiche, ad esempio, delle predette sostanze tossiche secondarie killer), alla importantissima categoria alimentare di appartenenza del "cibo" che stiamo mangiando (cioè se è "frutta", "verdura", "seme", ecc.).

E' ovvio che, poi, a parità di "cibo", l'ideale è che esso sia anche crudo, almeno biologico, possibilmente mai di serra e il possibilmente locale.

Nella scienza dell'alimentazione moderna la discriminante fondamentale in assoluto(di moltissimo prima del crudo, biologico, stagionalità, ecc.) è la categoria alimentare, cioè la sua posizione esatta nella scala di tossicità dei "cibi".

Proprio per la nostra salute, come differenzazione di gran lunga massima di tossicità biochimica, esistono solo due categorie principali di alimenti: la frutta e i cadaveri (vegetali ed animali). Di conseguenza, proprio scientificamente, si può essere solo: FRUTTARIANI o CADAVERIANI (cioè vegan-crudisti, vegan, vegetariani, onnariani)
Tutto ciò ricordandoci sempre che, come abbiamo visto, un cadavere, anche vegetale, proprio per proteggere gli altri componenti della sua specie rimasti in vita, cerca sempre disperatamente di ucciderti biochimicamente anche e specialmente dentro di te.

Per questo la primissima regola scientifica, e che mai dimenticare assolutamente per la nostra salute, è proprio che esistono solo ed esclusivamente due categorie principali di "cibi": la frutta e i cadaveri (vegetali o animali).

Di conseguenza fino a che siamo lontanti dal giungere gradualmente all'essere almeno FRUTTARIANI (ovviamente compresi i fruttariani al massimo livello, i melariani, che analizzeremo più avanti), si è inevitabilmente esattamente CADAVERIANI (cioè quello che va sotto il nome di vegan-crudisti, vegan, vegetariani ed onnariani).

Infatti, a livello proprio di sistema materiale biochimico, esistono solo 2 tipologie strutturali fisiologiche che possiamo mettere in bocca per mangiare:

1) UN FRUTTO [cioè l'ingrossamento dell'ovario di un fiore, che, come abbiamo visto, è l'unica struttura della pianta prodotta dalla pianta stessa proprio solo ed esclusivamente per essere mangiata da un animale (il quale, in questo modo, gettando o defecando poi il seme lontano dalla pianta medesima, le consente la riproduzione, addirittura salvando di fatto la specie della pianta)];

2) UN CADAVERE ("cadavere" deriva da "cadere", e significa "organismo morto") [CADAVERE VEGETALE O ANIMALE; cioè, per i vegetali, qualsiasi struttura diversa da frutto (ad esempio, foglia, fusto, radice, seme, ecc.),

che, infatti, dall'esatto momento in cui viene separata dal resto della pianta, inizia immediatamente tutta quella complessa procedura biochimica di DECOMPOSIZIONE CADAVERICA, cioè esattamente dalla DECOMPOSIZIONE ANAEROBICA PROTIDICA (detta putrefazione), alla DECOMPOSIZIONE ANAEROBICA GLUCIDICA (detta fermentazione), passando ovviamente anche dalla decomposizione lipidica, vitaminica, ecc.;

PER LE STRUTTURE VEGETALI LA PROCEDURA BIOCHIMICA DELLA DECOMPOSIZIONE CADAVERICA E' ASSOLUTAMENTE IDENTICA A QUELLA DEGLI ANIMALI,

si tratta principalmente sempre di decomposizione anaerobica, dalla putrefazione proteica fino alla fermentazione glucidica, ancora passando per le altre predette fasi biochimiche (visto anche che, come vedremo meglio più avanti,

LA TIPOLOGIA DI BASE DELLE UNITA' STRUTTURALI VEGETALI ED ANIMALI E' ASSOLUTAMENTE IDENTICA);

come vedremo nel capitolo relativo all'ecosistemica, anche i prodotti animali lattei sono indissolubilmente legati ad una situazione cadaverica, che si riflette totalmente sulla completa biochimica dei prodotti lattei, dai neurotrasmettitori catecolaminici (adrenalina, noradrenalina, ecc.), ad innumerevoli altre caratteristiche biofisiche di assolutamente tutte le altre sostanze biochimiche e minerali presenti nel sistema materiale latteo].

Quindi, PROPRIO DAL PUNTO DI VISTA ESSENZIALE DELLA NOSTRA SALUTE, cioè quello biochimico e dunque fisiologico (fisico e mentale), E TOTALMENTE UGUALE DI BASE TRA IL MANGIARE UN CADAVERE VEGETALE O UN CADAVERE ANIMALE.

Entrambi sono, infatti, costituiti dalle stesse identiche 7 tipologie di unità strutturali, a finalità biologica vitale e mai nutrizionale (quest'ultima, come abbiamo visto, la possiede solo ed esclusivamente la frutta): acidi nucleici, proteine, grassi, zuccheri, vitamine, sali minerali e acqua.

SIA IL CADAVERE VEGETALE (SEME O VERDURA) SIA IL CADAVERE ANIMALE, AVANZANO NELLA DECOMPOSIZIONE BIOCHIMICA CADAVERICA SIA FUORI CHE SPECIALMENTE DENTRO DI NOI.

Infatti, la specie umana, mai essendo entrata in devianza H, e' senza le strutture digerenti tipiche di erbivori, granivori o carnivori, che consentono a questi ultimi proprio di bloccare (o quasi, visto che nemmeno loro, in devianza H, ci riescono completamente) la decomposizione anaerobica cadaverica vegetale o animale, subendo noi umani, quindi, ogni volta che le ingeriamo, un letterale massacro fisiologico da parte di tutti gli innumerevoli prodotti massimamente tossici delle decomposizioni cadaveriche (come ammoniaca, putrescina, cadaverina, ecc.), che entrando nel nostro sangue, e quindi in tutti i delicatissimi tessuti del nostro organismo,

lo uccidono letteralmente giorno dopo giorno, facendoci gradualmente assumere proprio tutte le caratteristiche biochimiche della morte: pelle rugosa, aspetto gradualmente sempre più orrendo, malattie sempre più profonde e dolorose, tristezza sempre più intima (dovuta proprio alla produzione cerebrale di neurotrasmettitori catecolaminici determinati dal metabolismo cadaverico, invece di neurotrasmettitori indolaminici, tipici di un cervello allegro e del metabolismo di un frutto, specie a metabolismo del fruttosio come la mela).

Ecco perchè, PROPRIO SCIENTIFICAMENTE, si dice esattamente che: CIO' CHE UCCIDI TI UCCIDE (a sua volta).

"NUTRENDOSI" DELLA MORTE SI ACQUISTANO, giorno dopo giorno, TUTTE LE CARATTERISTICHE DELLA MORTE: malattia, sofferenza, tristezza, morte precoce, ecc.

Invece, del tutto al contrario, come vedremo meglio anche nel capitolo relativo all'ecosistemica, la struttura di un frutto è esattamente l'opposto (sono molecole che rimangono biochimicamente assolutamente inalterate, e quindi perfettamente "vive", sia fuori che specialmente dentro di noi, anche perchè sono state progettate dalla natura solo ed esclusivamente proprio per nutrire), ma addirittura il frutto è assolutamente l'unico sistema materiale organico macroscopico mai inventato dalla natura stessa, persino in tutta l'intera storia della vita su questo pianeta (oltre 4 miliardi di anni), che mai prevede l'uccisione di un sistema materiale esterno in fase trofica (nutrizionale).

Infatti il frutto è nato, circa 60 milioni di anni fa, proprio esattamente per questo: la pianta, proprio per evitare di essere massimamente dannegiata da animali che le strappavano continuamente proprio le sue parti più vitali (ad esempio le foglie sono esattamente i polmoni della pianta, le radici sono esattamente la loro bocca, ecc.), si è gradualmente evoluta, ovviamente anche per selezione naturale, in spermatofita angiosperma dicotiledone a frutto polposo, cioè una struttura in grado di appendere letteralmente il cibo per gli animali fuori della sua struttura vegetale, in un sacchetto che noi chiamiamo frutto, così che gli animali stessi possano mangiarne non solo liberamente ma addirittura con molto più gusto, finalmente senza mai più uccidere nessuna struttura della pianta stessa.

Gli animali coevolutisi completamente con quelle piante, da tutti questi ultimi 60 milioni di anni, sono proprio i primati, di cui

l'ultimo modello più biochimicamente perfezionato in assoluto di tutta la serie è proprio la specie umana [in particolare, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, in coevoluzione biochimico-fisiologica ed anatomica con la specie vegetale appartenente alle rosacee, del Malus Communis (ovviamente suoi progenitori vegetali), che noi conosciamo come melo].

Abbiamo, quindi, il grandissimo onore e l'immenso privilegio di essere una delle pochissime specie animali, sull'intero pianeta, strutturate dalla natura finalmente per non essere costretta ad uccidere nè vegetali nè animali per vivere, ma addirittura proprio esattamente quella più sofisticamente e biochimicamente specializzata in questa perfetta dinamica trofica (nutrizionale).

La natura, in fondo, segue l'unico principio assolutamente fondamentale della fisica, e quindi della biofisica, il principio della minima energia, riproducendo il ciclo H in forma pluricellulare.

Così come l'elettrone deve assolutamente stare sempre nel livello più basso di energia attorno al proprio nucleo atomico, questo principio vale assolutamente per qualsiasi altra unità strutturale dell'intero universo, dall'onda elettromagnetica, alla materia non barionica, al protone, al neutrone, agli atomi, alle molecole, alle cellule, ai tessuti, agli organi, agli apparati, insomma all'intero nostro organismo, fino alla sua più minimale ed infinitesima componente interna.

Di conseguenza, siccome mai possiamo combattere contro le leggi della fisica, una persona che evita di mettere in pratica questa dinamica nutrizionale fruttivora, ha semplicemente deciso di suicidarsi, proprio nel modo peggiore possibile, cioè lentamente, giorno dopo giorno, ogni volta che si mette in bocca un minimo pezzo di cadavere (vegetale o animale).

Per le semplici leggi della biofisica, il pezzo di cadavere ingerito innalzerà immediatamente tutti i livelli di energia strutturale della persona, e, proprio in quell'esatto momento, egli comincerà a morire.

Se c'è una cosa che la natura mai può assolutamente permettere è, infatti, proprio che qualsiasi sistema materiale che la componga (quindi compreso l'uomo) innalzi anche di pochissimo i livelli elettromagnetici di energia strutturale, e, di conseguenza, anche se a farlo è un sistema materiale chiamato uomo, la natura ha immediatamente il compito di eliminarlo dalla faccia della terra il prima possibile, letteralmente sgretolandolo elettromagneticamente fino alla malattia e poi alla morte precoce.

Ecco perchè la differenziazione tra le varie categorie "alimentari" (della predetta scala di tossicità), e massimamente la più importante in assoluto, quella tra la frutta e tutto il resto, è la discriminante fondamentale in tutta la scienza dell'alimentazione moderna, proprio perchè, se esci anche di un solo millimetro fuori della categoria della Frutta, entri immediatamente nei cadaveri (vegetali e animali), situazione elettromagnetica che dà il massimo di innalzamento energetico strutturale (uscita istantanea dal ciclo H), e, di conseguenza, l'innesco immediato della velocità massima verso la morte.

Quindi, mai mettersi contro le leggi fisiche dell'intero universo, anche perchè, in termini macroscopici, questo si traduce nel semplice dato scientifico di fatto che:

SE TI NUTRI DELLA MORTE, ACQUISTERAI TUTTE LE CARATTERISTICHE DELLA MORTE (malattia, sofferenza, tristezza, morte precoce, ecc.), SE TI NUTRI DELLA VITA (molecole progettate solo ed esclusivamente per la vita, e quindi anche lasciando in vita tutte le strutture), ACQUISTERAI TUTTE LE CARATTERISTICHE DELLA VITA (salute, felicità, allegria, longevità assoluta, ecc.). (La longevità, addirittura potenzialmente indefinita, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla gerontologia moderna).

Il metodo più semplice e salutare di avanzamento nelle varie fasi (o interfasi) del predetto perfezionamento "alimentare" è la SOSTITUZIONE SCALARE (di un "cibo") [con la sequenza (suddetta) dei suoi analoghi meno tossici]

Quando si passa da una fase "alimentare" a quella successiva (o, nel tempo, anche all'interno della stessa fase), per evitare vuoti abitudinari, che poi possono far tornare indietro quando meno te lo aspetti, mai bisogna togliere un "cibo", ma semplicemente SOSTITUIRLO con un suo analogo meno tossico (ogni volta quello più vicino nella predetta scala di tossicità), in quanto ciò evita di crea vuoti psico-abitudinari, e ci aiuta anche a gradualizzare di più il nostro perfezionamento "alimentare", ricordandoci sempre che la gradualità (ma solo quella sopra descritta, anche a livello temporale) è la base della salute e della semplificazione per la riuscita, anche psicologica, pure delle fasi successive.

La SOSTITUZIONE SCALARE va applicata in ognuno dei tre pasti della giornata, colazione, pranzo e cena, nel modo seguente.

COLAZIONE.

Ad esempio, se si è abituati a fare colazione con il caffè [si ricorda che così come l'alta tossicità del caffè (e tutti gli analoghi) è dovuta anche alle sostanze secondarie che fuoriescono dal suo seme, così, specialmente in un organismo

disintossicato, la spiccata tossicità del the (e tutti gli analoghi) è dovuta anche alle sostanze secondarie che fuoriescono dalle sue foglie in infusione] conviene non eliminarlo ma sostituirlo, con la seguente (esemplificativa) SOSTITUZIONE SCALARE (ma che, ovviamente, si può anche modificare in base alle proprie preferenze sostitutive personali; questo vale pure per tutti i successivi esempi):

- la prima settimana col caffelatte (latte di soia),
- la seconda settimana col latte di riso al cacao,
- la terza settimana col the,
- la quarta settimana col succo di frutta dolce (non di frutta acida),
- la quinta settimana col centrifugato di mela,
- la sesta settimana con una MELA ROSSA

(o due; la mela, come vedremo meglio più avanti, va sempre mangiata a morsi, con la buccia; vanno trovate quelle buone al gusto, indice anche di buona coltivazione). Se, allo stesso tempo, a colazione si è abituati a consumare, ad esempio, un cornetto (normalmente contiene uova e latte animale), ma, come sempre, attuare la SOSTITUZIONE SCALARE:

- la prima settimana con dei biscotti (senza uova e latte animale),
- la seconda settimana con una fetta di pane e marmellata,
- la terza settimana con due banane,
- la quarta settimana ricollegarsi al suddetto succo di frutta,
- continuando la quinta
- e la sesta settimana come predetto.

E così, col metodo della sostituzione scalare, in sole sei settimane, la colazione è perfezionata per l'impostazione "mda". UN PASTO SU TRE E' PERFEZIONATO. La colazione è sempre il pasto PIU' URGENTE da perfezionare inanto, per tutti i motivi predetti, è quello che più in assoluto incide sulla nostra salute.

Chi, in fase pre-fruttariana, è abituato a mai fare la colazione (nè con liquidi nè con solidi), deve provvisoriamente farla da subito con una mela rossa (in quanto il suo stato di intossicazione aspecifica gli evita di eliminare la colazione completamente, anche per i motivi che vedremo più avanti; una volta giunto in fase fruttariana, può gradualmente posticipare la colazione con la mela rossa sempre più verso mezzogiorno, ma sempre consumandola appena se ne sente il bisogno).

PRANZO.

Ad esempio, se si è abituati a pranzare con un panino, come sempre, conviene attuare la SOSTITUZIONE SCALARE:

- la prima settimana con un piatto di pasta integrale (come tutti gli altri "cibi", almeno biodinamici, o perlomeno biologici), (condita col sugo, o con le zucchine, o con le melanzane, o altro frutto), sempre preceduto da una insalata fruttariana (un piatto di pomodori, cetrioli, olive denocciolate nere e verdi, mela, arancia, uvetta),
- la seconda settimana da un piatto di riso integrale (condita come la predetta pasta), preceduto sempre dalla predetta insalata fruttariana,
- la terza settimana da un piatto di patate e zucchine (cotte a vapore), preceduto sempre dalla predetta insalata fruttariana,
- la quarta settimana da un piattone di insalata fruttariana e due banane,
- la quinta settimana da un piattone di macedonia di frutta dolce e due banane,
- la sesta settimana da tre tipi di FRUTTA DOLCE (consumata a morsi), a sazietà.

E così, sempre col metodo della sostituzione scalare, in sole sei settimane, anche il pranzo è perfezionato per l'impostazione "mda". DUE PASTI SU TRE SONO PERFEZIONATI. Ovviamente la colazione va perfezionata contemporaneamente al perfezionamento del pranzo. In questo modo si è innescata gradualmente la parte primaria ("md") della potentissima impostazione fasica "mda".

CENA.

Questo suddetto innesco, ovviamente, va portato avanti proprio mentre procediamo al perfezionamento della cena (che è l'ultimo pasto, ed il più lungo, da perfezionare, iniziando però, quindi, sempre il perfezionamento dei tre pasti in contemporanea), che dovrà seguire la gradualità (sempre mai per eliminazione dei "cibi", ma solo per loro SOSTITUZIONE SCALARE con analoghi meno tossici) della successione delle varie predette fasi di perfezionamento alimentare, da quella vegetariana a quella fruttariana, al melarismo, (con gradualità, ovviamente, anche all'interno delle predette fasi), descritte meglio più avanti.

Altri esempi di SOSTITUZIONE di un "cibo", con un suo analogo (analogo vuol dire che ha un sapore o psico-efficacia simile, sempre più buono al gusto) meno tossico, sono (si ricorda che, almeno inizialmente, per questioni di gradualità psicologica, per alcuni prodotti vegan o fruttariani è opportuno usare gli stessi nomi degli analoghi animali, anche perchè le rilevazioni statistiche dimostrano una maggiore velocità e semplicità di sostituzione scalare):

- la carne, sostituita con la carne vegan (a base di proteine vegetali, tipo seitan, mopur, ecc.: con esse si ottengono bistecche, arrosti, fettine, cotolette, trance, hamburgher, wurstel, salsicce, affettati analoghi anche ad insaccati, ecc.) poi con la carne fruttariana (vedere ricettario fruttariano, più avanti), (tutti prodotti molto più buoni al gusto della carne animale);

- il pesce, sostituito col pesce vegan (a base di proteine vegetali; esiste anche in commercio), poi con il pesce fruttariano (vedere ricettario fruttariano), (anch'essi molto più gustosi del pesce animale);

- le uova, sostituite con le uova vegan (ad esempio al tegamino, esistono numerose ricette su internet), oppure con la frittata di farina di ceci (meglio se mischiata alle zucchine), poi con la frittata fruttariana (vedere ricettario fruttariano), (tutte sempre decisamente migliori al gusto);

- la maionese, sostituita con la maionese vegan (ne esistono di tantissimi tipi, molto più buone al gusto di quella con le uova animali, basta trovare quella più adatta al proprio gusto), poi con la maionese fruttariana (vedere ricettario fruttariano) (sempre molto più gustosa delle altre);

- i formaggi, sostituiti con i formaggi vegan (di tutti i tipi, ma attenzione al tofu, che, per la maggior parte delle persone, ha un sapore poco buono, tranne quelli lavorati con l'aggiunta di altri ingredienti vegetali; ad esempio, con un determinato tipo di tofu affumicato hanno prodotto la scamorza vegetale), che finalmente nel centro e nord Europa (specialmente Svizzera e Scozia) hanno cominciato a produrre con una combinazione di ingredienti (dalle patate, al riso, alle noci, ecc.) che lo rendono addirittura molto più buono al gusto di quello animale (hanno prodotto anche la mozzarella vegetale), poi sostituiti col formaggio fruttariano (vedere ricettario fruttariano) (ancora più gustoso di tutti gli altri);

- il latte animale, sostituito prima col latte di soia, poi col latte di riso (li fanno anche ottimi al cioccolato, ma provare varie marche perchè c'è spesso molta differenza di sapore tra una e l'altra), poi col succo di frutta, poi col centrifugato di mele;

- il miele, sostituito prima col malto (ad esempio di grano, di riso, di orzo, ecc., ognuno sostituisce un tipo diverso di miele, ma con un sapore più buono), poi sostituito con la marmellata (le vendono anche di 100% frutta, senza zuccheri aggiunti, o altri additivi; evitare quelle di frutta acida, al limite come eccezione; esiste anche la marmellata cruda, spiegata più avanti nel ricettario fruttariano); (se il miele era usato come dolcificante, si può sostituire col succo concentrato di mela);

- i legumi, sostituiti prima con lo stesso seitan, poi con i cereali medesimi [ad esempio, pizza (la meno peggiore per la salute è di mais con pomodoro, zucchine, peperoni, melanzane), pasta (meglio se di mais condita con qualche predetto condimento della pizza), riso (stessi condimenti), polenta di mais (meglio al pomodoro)], poi con le patate (successivamente batate) (come predetto, il modo meno peggiore per la salute è con le zucchine), poi con la zucca (lasciando la buccia) [assolutamente squisita; nel settore cotto, la migliore per la salute è scottata a vapore, condita poi con olio extravergine d'oliva ed eventuale poco sale; altri modi sono (scottatura) al forno, alla piastra, in

padella, ecc.; una volta giunti in fase fruttariana, con le papille gustative disintossicate, è ottima anche cruda, tagliata a fettine, come il melone, ma più sottili, scondita e mangiata direttamente a morsi con tutta la buccia];

- i cereali, sostituiti gradualmente con le patate (sempre con le zucchine), poi patate americane (batata), (anche con zucchine, peperoni o melanzane), poi con gli spaghetti fruttariani, lasagne fruttariane, riso fruttariano, pizza fruttariana, pane fruttariano, ecc. (vedere ricettario fruttariano), (queste ricette fruttariane sono molto più gustose di quelle fatte con i cereali);

- i semi oleosi (come noci , nocciole, ecc.), sostituiti con i cereali germinati (ad esempio farro germinato, avena germinata, grano germinato, ecc., la cui preparazione e condimenti sono descritti nel paragrafo relativo alla fase vegan-crudista), poi con le olive (di tutti i tipi, rosse, nere, verdi, e di tutte le varietà; all'inizio anche col sale; poi l'eventuale sale si può togliere lasciandole nell'acqua, oppure esistono in commercio olive squisite senza sale, oppure si possono ottenere senza sale già dall'inizio nel modo che vedremo nei paragrafi relativi al fruttarismo) e con l'avocado, (soprattutto queste sostituzioni fruttariane sono molto più gustose, oltre che estremamente più salutari, come vedremo meglio anche più avanti);

- le verdure, sostituite con la frutta ortaggio (pomodori, cetrioli, zucchine, peperoni, melanzane, zucca, ecc.), che, oltre ad essere estremamente più salutare, è anche molto più buona e saporita;
- per la sostituzione scalare di tutti gli altri prodotti esistenti, vedere anche il ricettario fruttariano, pure su dolci, bevande, ecc.

Queste SOSTITUZIONI (SCALARI) si possono effettuare nell'arco di tutto il predetto perfezionamento "alimentare", costituito dalle varie fasi "mda" (sia tra una fase e l'altra che internamente ad esse), che vedremo più avanti con altri dettagli.

L'ideale è effettuare le 3 sostituzioni scalari (della colazione, del pranzo e della cena) in maniera CONTEMPORANEA e PARALLELA (SOLO se questo risulta troppo difficile, allora basta procedere con le 3 sostituzioni scalari nell'ordine della loro URGENZA: Cioè, PRIMA perfezionare la colazione, POI perfezionare il pranzo, e, PER ULTIMO, perfezionare la cena; MAI modificare questo ordine di priorità).

Perfezionamento "alimentare" personale: fase onnariana (mda-1)

La fase iniziale del perfezionamento "alimentare" comincia, oltre che, ovviamente, dal graduale assestamento sull'impostazione "mda", proprio dalla graduale eliminazione (entrambe le gradualità sempre tramite la predetta sostituzione scalare) della cosiddetta "carne" [sia carne di animale terestre che carne di animale acquatico (anche invertebrato), detta "pesce"].

Se, ad esempio, si usava (sotto varie forme) tre volte a settimana la carne, e due volte il pesce, quindi in tutto cinque volte a settimana, conviene passare a quattro volte la prima settimana, a tre volte la seconda settimana, a due volte la terza settimana, ad una volta la quarta settimana, per poi toglierla dalla settimana successiva, in cui si passa appunto alla postdescritta fase vegetariana.

I 2 errori gravissimi classici della fase onnariana: uova e formaggi

La cosa più importante in assoluto è evitare gli errori classici di aumentare parallelamente uova, latte e suoi derivati, che, essendo quasi altrettanto tossici rispetto a carne e pesce, proprio questo aumento porterebbe a problemi non piccoli di salute, di vario tipo. Quindi, durante questa fase, le uova, il latte e i suoi derivati, vanno tenuti con le stesse quantità usate in precedenza, semmai leggermente diminuite.

Perfezionamento "alimentare" personale: fase vegetariana (mda-2)

Quando una persona è in fase vegetariana [provvisoria (verso melarismo, o, al limite, fruttarismo), o, anche se molto fortemente sconsigliata, di più lungo periodo], è assolutamente indispensabile assestarsi gradualmente sulla impostazione quotidiana della fase vegan "mda" (vedere relativo paragrafo, più avanti), con la sola aggiunta (partendo, al massimo, da tre volte a settimana), ovviamente solo a cena, con la minima quantità possibile, e gradualmente a diminuire (come descritto nella fase onnariana per carne e pesce, sempre usando la predetta sostituzione scalare), dei cosiddetti sottoprodotti animali (uovo, latte e derivati, miele), fino, al termine della fase vegetariana, ad eliminarli del tutto.

I 7 errori gravissimi classici dei vegetariani: uova, formaggi, legumi, semi oleosi, frutta acida, digiuno e carenza di mele (rosse)

Una volta tolti (sostituendoli come predetto) carne e pesce, l'errore peggiore che può fare un vegetariano è aumentare la quantità di uova ("la patria del colesterolo" oltre a tutte le loro altre forti sostanze tossiche), e formaggi ("la patria dei trigliceridi" oltre a tutte le altre forti sostanze tossiche) assunti:

è assolutamente fondamentale, invece, come predetto, diminuire gradualmente anche loro, fino ad eliminarli completamente (nei tempi suddetti), (per evitare i molto gravi problemi di salute, sempre più accentuati che, col tempo, ne deriverebbero), entrando, così, nella fase successiva, quella vegan.

Gli altri cinque errori sono uguali a quelli dei vegan, quindi vedere più avanti, nel paragrafo relativo (seguire anche i dettagli dello stesso paragrafo).

Perfezionamento "alimentare" personale: fase vegan (MDA-3)

Quando una persona è in fase vegan [provvisoria (verso melarismo, o, al limite, fruttarismo), o, anche se fortemente sconsigliata, di più lungo periodo], è assolutamente indispensabile assestarsi sulla seguente impostazione quotidiana di base (MDA-3), costituita di tre pasti (senza aggiunte):

- COLAZIONE (comunque 1° PASTO) ("M"): da una a tre MELE rosse [ognuna di circa 2 etti; nella mattinata il prima possibile; la mela rossa come colazione, e soprattutto come prima cosa a stomaco vuoto della giornata, è totalmente essenziale che sia tutti i giorni, e come abitudine assolutamente definitiva; (come predetto, la mattina l'organismo è in fase catabolica e mai bisognerebbe mangiare, ma siccome in fase vegan si proviene ancora dalla cena precedente piena di tossine aspecifiche, occorre assolutamente ristabilire un minimo di equilibrio biochimico specie-specifico consumando almeno 1 mela rossa nella mattinata il prima possibile)];

- PRANZO (comunque 2° PASTO) ("D"): tre tipi di FRUTTA DOLCE (a sazietà) [meglio a morsi, come eccezione a macedonia; i motivi per cui occorre unire i "cibi" aspecifici nello stesso pasto saranno visti più avanti; (evitare la frutta acida per le ragioni postdette); è molto importante mantenere questo tipo di pranzo stabilmente];

- CENA (comunque 3° e ULTIMO pasto) ("A"):
  > iniziare sempre con una abbondante INSALATA (a sazietà) [mista, di verdure, o frutti ortaggio, crudi; l'ideale è scondita; se condita usare solo olio extravergine di oliva (evitare il sale, l'aceto, il limone, e analoghi, in quanto, come vedremo meglio, oltre che tossici, sono anche estremamente acidificanti); l'insalata abbondante iniziale CRUDA è fondamentale specialmente prima del tossico cotto, anche in quanto crea sia una parziale protezione nello stomaco, alle cui pareti, venendo in contatto prima col crudo, si evita almeno parzialmente il contatto diretto col cotto, e sia per attutire l'impatto violento maggiormente tossiemico e della leucocitosi digestiva dovuto soprattutto al cotto; per questi motivi di base MAI iniziare un pasto col cotto, ma SEMPRE col crudo],

  > poi un piatto alternativamente di: BATATE e il giorno dopo PATATE (entrambe circa 6 etti) [sono l'unico amido abbastanza alcalinizzante; vanno consumate con la buccia (nelle patate occorre solo togliere le puntine di germoglio, anche se minuscole, con un taglio che estrae circa un centimetro di patata intorno e sotto a loro, in quanto sono le uniche parti con solanina; nelle batate occorre fare la stessa operazione solo se si forma un germoglio più grande), poi cotte a vapore; aggiungere olio extravergine di oliva solo a crudo],

  consumate sempre insieme ad abbondanti ZUCCHINE (circa 4 etti) [ancora con la buccia e cotte a vapore insieme alle batate o patate (stesso tempo di cottura |in fase vegan|); le zucchine sono frutta e alcalinizzante, ma anche una cucurbitacea che integra migliorativamente di moltissimo l'azione della convolvulacea batata o della solanacea patata; volendo, poco frequentemente, anche un'aggiunta di peperoni o melanzane], [oppure, al posto del suddetto piatto, ma solo come eccezione (mai più di tre volte a settimana), una sempre diversa (ma con questa priorità) delle seguenti:

  > una teglia al forno di zucchine, peperoni e batate (o patate),
  > un piatto di POLENTA di MAIS (integrale biologica, al pomodoro) (il mais termina il trio amidaceo di base | insieme a batata e patata| del veganismo-MDA3 |che è un veganismo AGLUTENICO, cioè senza il maggiormente tossico glutine|, anche in quanto è l'unico cereale che mantiene il pH ematico sufficientemente alcalino; come alternativa meno frequente si può utilizzare il cus-cus di mais, o la pasta di mais; da evitare il mais cotto al forno, come pane o pizza di mais, pure perchè diventa decisamente acidificante; l'integralità e la biologicità evita le eventualità aflatossiniche, ogm, o analoghi; il pomodoro, meglio se abbondante, serve ad integrare positivamente l'azione del mais, anche in quanto oltre ad essere un frutto è alcalinizzante, e lo rimane abbastanza pure con una eventuale monocottura leggera);

meno frequentemente:
> un piatto di riso integrale,
> un piatto di altro cereale aglutenico integrale,
> un piatto di pasta aglutenica integrale, gli ultimi tre conditi a piacere (tranne che con legumi),
> una aggiunta di verdure cotte,
> una porzione di pizza aglutenica,
> una porzione di semi oleosi,
> una porzione di legumi;

tutte eventualmente con un po' di pane aglutenico, o un dolce vegan aglutenico],

> e, a finire, almeno mezza MELA (mai più di una), (anche perché è fondamentale terminare un pasto sempre col crudo, e soprattutto MELA).

Indispensabilità assoluta per la fase vegan dell'impostazione vegan "mda" Per la fase vegan, è assolutamente indispensabile assestarsi su questa impostazione vegan "mda", per moltissimi motivi della massima importanza, tra i quali:

1) perchè la fase vegan usa ancora il cosiddetto "cotto" ("cibo" cotto), che è puro veleno per il nostro organismo;

2) perchè la fase vegan usa ancora "cibi" con tassi proteici addirittura massacranti, come legumi (ad esempio, la soia ha il doppio delle proteine della carne, e gli altri legumi sono sempre più proteici ancora persino della media della carne stessa), e semi oleosi (anche loro mediamente più proteici persino della media della carne);

[specialmente per questo elevatissimo tasso proteico, ma anche per tutte le sostanze secondarie killer, altamente tossiche, uniti pure alla grande e tossica presenza di amido, i legumi sono letteralmente quasi peggio della carne stessa, e pure per esattamente gli stessi motivi, con l'enorme presenza di grassi al posto dell'amido, i semi oleosi hanno una tossicità altissima, quasi come quella dei legumi stessi (e anche cereali, principalmente da forno)];

3) perchè, specialmente per i 2 punti suddetti, la fase vegan può portare ancora a numerosissime e gravi patologie e alti processi di invecchiamento;

4) perchè la fase vegan innesca ancora un grande fabbisogno vitaminico indotto (che, come abbiamo visto, è determinato dallo stesso meccanismo molecolare di base del fabbisogno proteico indotto), provocato specialmente da legumi e semi oleosi [e da cereali (principalmente da forno)], soprattutto nei confronti della vitamina B12; infatti, il veganismo, però solo ed esclusivamente se evit di attuare la predetta impostazione "alimentare" quotidiana ("mda"), porta necessariamente alla carenza specialmente di vitamina B12; il motivo è molto semplice:

LA VITAMINA B12 HA LA FUNZIONE PRINCIPALE DI REGOLARE TUTTO IL METABOLISMO PROTEICO

(dalla digestione, all'assorbimento, all'assimilazione, alla sintesi proteica, ecc.) e interviene specialmente nei processi di sintesi proteica, sia come coenzima, diretto o indiretto, della DNA polimerasi a livello di ricomposizione molecolare dello stesso DNA in fase di duplicazione dei codici per la produzione di RNA transfer e RNA messaggero, e sia come coenzima, diretto o indiretto, per la procedura enzimatica della polimerizzazione della sequenza amminoacidica di tutte le proteine in fase di sintesi proteica citoplasmatica, anche ribosomica (è, infatti, anche esattamente per questo motivo che la sua carenza determina pure forme di anemia o di problemi a livello neuronale, proprio perchè la fisiologia eritrocitica in acidosi richiede altissimi livelli di sintesi proteica, in quanto i globuli rossi, essendo cellule senza nucleo e quindi impossibilitatodi sostituire le loro singole proteine danneggiate per acidosi, sono costretti ad essere sostituiti completamente ogni volta si presenta un piccolo danno proteico in una qualsiasi delle loro membrane, mentre la fisiologia neuronale, specialmente in acidosi, richiede anch'essa molto alti livelli di sintesi proteica, anche perchè è molto attiva in maniera continutiva, 24 ore al giorno, contrariamente, ad esempio, a quella muscolare, scheletrica, ghiandolare, oculare, ecc. che di notte diventano quasi nulle).

QUINDI, IL PUNTO ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE E SEMPLICISSIMO, da ricordare benissimo sempre (anche qualsiasi altra "alimentazione " si conduca), è esattamente che: più metabolismo proteico è necessario e più vitamina B12 è necessaria; in altri termini,

PIU' ASSUMIAMO PROTEINE (O PIU' AUMENTIAMO L'USURA PROTEICA) E PIU' AUMENTIAMO IL FABBISOGNO DI VITAMINA B12.

Di conseguenza, specialmente nel campo vegetale, che è meno ricco di vitamina B12,

PIU' ASSUMIAMO PROTEINE (O PIU'AUMENTIAMO L'USURA PROTEICA) E PIU' ANDIAMO INCONTRO A

CARENZA DI VITAMINA B12.

Ora, sia il metabolismo proteico in generale, sia la sintesi proteica, innescati proprio dal consumo di LEGUMI e SEMI OLEOSI [e, anche se in maniera un po' inferiore, dai CEREALI (principalmente DA FORNO), e, inoltre, anche se in maniera più indiretta, dalla FRUTTA ACIDA, a cominciare dalle ARANCE, come vedremo meglio più avanti], sono entrambi esageratamente elevatissimi, sia per l'eccesso proteico, e sia specialmente per l'altissima usura proteica provocata anche dall'acidosi (o ossidazione), soprattutto ematica, che essi deteterminano in tutto l'organismo.

Dunque, E' PROPRIO SOPRATTUTTO ESATTAMENTE IL CONSUMO DI LEGUMI, SEMI OLEOSI, CEREALI (principalmente DA FORNO) e FRUTTA ACIDA (a cominciare dalle ARANCE) CHE FACENDO SALIRE ENORMEMENTE IL FABBISOGNO STESSO DI VITAMINA B12, fino ad una quantità assolutamente estrema, addirittura oltre 120 volte il fabbisogno naturale,

CREA, COL TEMPO, NEI VEGAN (E VEGAN-CRUDISTI) CHE NEVITANO DI RIDURRE AL MINIMO I PREDETTI "CIBI", UNA CARENZA DI VITAMINA B12.

Il problema è anche che, poi, i vegan (e vegan-crudisti) trovano la vitamina B12 solo su frutta e verdura crudi, biologici e non lavati; quindi, ecco perchè

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON L'IMPOSTAZIONE "ALIMENTARE" QUOTIDIANA SUDDETTA (VEGAN "mda"), UN VEGAN MAI HA UN PROBLEMA DI CARENZA DI VITAMINA B12 (oltre che di nessun altro tipo):
proprio anche perchè solo ed esclusivamente quell'impostazione abbassa al minimo possibile (per un vegan) il fabbisogno di B12, e, allo stesso tempo, alza enormemente (rispetto agli altri vegetali) le quantità di B12 medesima assunta nella giornata.

Il problema della vitamina B12 (che, quindi, può esistere solo per onnariani, vegetariani, vegan e vegan-crudisti), invece, è inesistente solo ed esclusivamente per melariani e fruttariani [per questi ultimi, con l'impostazione fruttariana sostenibile che vedremo nei relativi paragrafi, ma, ovviamente, solo in almeno quasi totale assenza di frutta acida (a cominciare dalle arance), come vedremo meglio] che hanno, del tutto al contrario, addirittura molta più vitamina B12 del necessario

[visti anche sia la presenza della vitamina B12 stessa sulla buccia dei frutti, e sia il contemporaneo rispettivamente nullo (per i melariani) e quasi nullo (per i fruttariani) fabbisogno indotto di vitamina B12 medesima, comunque sempre assolutamente quasi nullo rispetto a tutti gli altri modelli "alimentari" esistenti, dovuto specialmente proprio al quasi nullo metabolismo proteico e alla quasi nulla sintesi proteica presente nei melariani (e, solo poco più alti nei fruttariani), determinati rispettivamente dalla quasi nulla assunzione proteica e dalla quasi nulla usura proteica, quest'ultima derivante, a sua volta, dalla completamente assente acidosi nel melarismo, e quasi completamente assente acidosi nel fruttarismo (condotto nel modo predetto)].

I 6 ERRORI GRAVISSIMI CLASSICI DEI VEGAN: LEGUMI, SEMI OLEOSI, CEREALI DA FORNO, FRUTTA ACIDA, DIGIUNO E CARENZA DI MELE (ROSSE)

Il primo errore è proprio quello di consumare troppi legumi [moltissimi nutrizionisti ufficiali, a livello mondiale, avvertono che sono addirittura "quasi peggio della carne", come già visto, sia per le troppe proteine (anche da cotti, ne contengono mediamente addirittura oltre 4 volte più del riso) sia per le troppe sostanze tossiche secondarie killer, sia per l'induzione di fabbisogno indotto estremo di vitamina B12, ecc.], i quali, invece, vanno gradualmente ridotti al minimo possibile (nel modo predetto) per evitare i gravi problemi di salute, sempre più accentuati che, col tempo, ne deriverebbero, per poi entrare (nei tempi predetti) nella fase vegan- crudista. Discorso analogo per i cereali, specialmente quelli da forno. Gli altri quattro errori sono uguali a quelli dei vegan-crudisti, quindi vedere nel paragrafo relativo (più avanti).

Del tutto fondamentale è aumentare la frutta, in particolare almeno con due mele rosse fisse TUTTI i giorni (a stomaco vuoto),[di mele, mai una quantità maggiore, ma assolutamente TUTTI i giorni dell'anno; molte varietà di mele mature si cominciano a raccogliere anche da giugno e luglio, cositituendo quindi la MELA proprio esattamente IL FRUTTO ESTIVO PER ECCELLENZA (oltre che invernale per eccellenza), visto anche che, come predetto, è un frutto perfettamente addirittura EQUATORIALE],

e, nel campo del "cibo" cotto, preferire assolutamente, in primo luogo,di gran lunga, le patate (o batate, a vapore, nei modi predetti, possibilmente con la buccia, e, ancora meglio, se michiate con le zucchine), (patate, e specialmente batate, costituiscono l'unico amido decisamente alcalinizzante), e, molto secondariamente, oltre, ovviamente, l'opzione cruda dei suddetti semi germinati, il riso integrale (possibilmente a vapore, come giustamente fanno i cinesi), entrambi questi ultimi conditi a piacere.

Il "cibo" cotto va assolutamente sempre preceduto dal crudo, cioè frutti (anche frutti ortaggio) crudi, o verdure crude, nel modo predetto, per evitare almeno una certa parte dei danni del cotto stesso.

Perfezionamento "alimentare" personale: fase vegan-crudista (mda-4)

Quando una persona è, invece, in fase vegan-crudista [provvisoria (verso melarismo o, al limite, fruttarismo), o, anche se molto sconsigliata, di più lungo periodo], è assolutamente indispensabile assestarsi sulla seguente impostazione quotidiana di base ("mda"), costituita di tre pasti (senza aggiunte):

- COLAZIONE (comunque 1° PASTO) ("m"): da una a tre MELE rosse [ognuna di circa 2 etti; nella mattinata il prima possibile; la mela rossa come colazione, e soprattutto come prima cosa a stomaco vuoto della giornata, è totalmente essenziale che sia tutti i giorni, e come abitudine assolutamente definitiva (come predetto, la mattina l'organismo è in fase catabolica e mai bisognerebbe mangiare, ma siccome anche in fase vegan-crudista si proviene ancora dalla cena precedente piena di tossine aspecifiche, occorre assolutamente ristabilire un minimo di equilibrio biochimico specie-specifico consumando almeno 1 mela rossa nella mattinata il prima possibile)];

- PRANZO (comunque 2° PASTO) ("d"): tre tipi di FRUTTA DOLCE (a sazietà) [meglio a morsi, come eccezione a macedonia; i motivi per cui occorre unire i "cibi" aspecifici nello stesso pasto saranno visti più avanti; (evitare la frutta acida per le ragioni postdette); è molto importante non modificare mai questo tipo di pranzo];

- CENA (comunque 3° e ULTIMO pasto) ("a"):
  > iniziare sempre con una abbondante INSALATA (a sazietà) [mista, di verdure, o frutti ortaggio, ovviamente crudi; l'ideale è scondita; se condita usare solo olio extravergine di oliva (evitare il sale, l'aceto, il limone, e analoghi, in quanto, come vedremo meglio, oltre che tossici, sono anche estremamente acidificanti)],

  > poi un piatto di CEREALI GERMINATI (a sazietà) [da non confondere con i germogliati; ovviamente crudi, spiegati più avanti; conditi con molta FRUTTA alcalinizzante (frutta ORTAGGIO o GRASSA) o verdura, ovviamente crudi; ad esempio, con aggiunta abbondante di pomodoro fresco (anche frullato), o di crema di zucca (anche frullando zucca |con buccia| e predetto olio), o di avocado (a pezzetti, o sciolto schiacciandolo, o frullato), o di olive denocciolate (anche frullate), o di pasta di olive (rosse, nere o verdi), o di un misto a piacere dei suddetti frutti (anche frullati insieme), o di pesto vegetale (ottimo se fatto di base anche con gli anacardi), o di altra verdura cruda a piacere, ecc., il tutto con olio extravergine di oliva],

  [oppure, al posto del suddetto piatto, ma solo come eccezione (non più di due volte a settimana), una delle seguenti:
  > massimo 60 grammi di anacardi,
  > massimo 50 grammi di nocciole,
  > massimo 40 grammi di altro seme oleoso (tutti meglio se alternati con altra verdura, o frutto ortaggio, consumate a morsi)],

  > e, a finire, sempre almeno mezza MELA (mai più di una).

[Cereali germinati I semi cereali germinati sono decisamente meno tossici dei semi oleosi; tra i più buoni al gusto ci sono: avena germinata, farro germinato, grano germinato, ecc. (per il vegan-crudismo possono andare anche i cereali con glutine, in quanto da germinati sono sempre meno tossici dei semi oleosi).

"Germinato" significa che il seme germina (cioè spunta circa un millimetro di radichetta e un millimetro di fusticino, e, quindi, pur mantenendo la stessa forma di seme, ma piuttosto ingrandita, diventa morbido, proprio come se fosse cotto, ma, rispetto a quest'ultimo, ha ancora tutte le vitamine e strutture molecolari intatte) ma mai arriva fino a germogliare (cioè a formare il germoglio, ovvero con radichetta e fusticino di circa un centimetro, e che quindi è ormai biochimicamente "verdura").

Il cereale germinato si ottiene in un modo molto semplice: versando i semi (ad esempio di avena, o farro, o grano, ovviamente integrali, altrimenti non hanno la capacità germinativa), nella quantità desiderata, dentro il piatto stesso (meglio se di legno) dove si mangeranno, e versandoci un po' di acqua (a temperatura ambiente) fino solo a coprirli tutti appena (non più di un millimetro sopra l'insieme dei semi stessi); da quel momento si lasciano a bagno (senza mai aggiungere altra acqua, anche se il livello diminuisce) per circa 3 ore riguardo l'avena, per circa 6 ore riguardo il farro, e per circa 14 ore riguardo il grano (se si preferiscono più morbidi basta lasciarli a bagno più a lungo); alla fine si può sia lasciare che scolare l'acqua residua (a seconda dei gusti, ma se si lascia è più ricca di sostanze), e basta condirli (nei possibili modi suddetti), e mangiarli direttamente dallo stesso piatto; (i semi germinati si possono ottenere un po' più morbidi con un altro metodo: ponendoli in una retina, immergendoli un attimo in acqua ed appendendoli, |il seme, sentendo l'umidità, comincerà a germinare|, ripetendo l'immersione ogni circa 6 ore, fino alla morbidezza desiderata)].
Indispensabilità assoluta per la fase vegan-crudista dell'impostazione vegan-crudista "mda" Per la fase vegan-crudista è assolutamente indispensabile assestarsi su questa impostazione vegan-crudista "mda", per gli stessi identici moltissimi motivi della massima importanza riferiti alla indispensabilità assoluta dell'impostazione vegan "mda" (ovviamente a parte il punto 1, e, riguardo ai punti 2, 3 e 4, riferiti solo ai semi oleosi e cereali germinati, o peggio, ad eventuali legumi crudi).

I 4 ERRORI GRAVISSIMI CLASSICI DEI VEGAN-CRUDISTI: SEMI OLEOSI, FRUTTA ACIDA, DIGIUNO E CARENZA DI MELE (ROSSE)

Il primo errore classico dei vegan-crudisti è consumare troppi semi oleosi, il che, portando a massiccia intossicazione aspecifica (come già spiegato, sia per le troppe proteine e grassi, sia per le troppe sostanze tossiche secondarie killer, sia per l'innesco del fabbisogno indotto enorme di vitamina B12, ecc.), col tempo, porta a decisi problemi di salute sempre più accentuati; vanno, quindi, semplicemente consumati il minimo possibile [come meglio specificato sopra, e sempre preceduti da frutti (anche frutti ortaggio), o verdure], per poi entrare (nei tempi predetti) nella fase fruttariana.

Gli altri tre errori gravissimi dei vegan-crudisti sono gli stessi dei fruttariani, vedere, quindi, il relativo paragrafo (più avanti). Del tutto fondamentale è aumentare la frutta, in particolare con almeno due mele rosse fisse tutti i giorni (a stomaco vuoto), [di mele, mai quantità maggiore, ma assolutamente tutti i giorni dell'anno; come già detto, molte varietà di quelle fresche si cominciano a raccogliere anche da giugno e luglio, cosituendo quindi il frutto estivo per eccellenza (oltre che invernale per eccellenza), visto anche che, come spiegato prima, è un frutto perfettamente addirittura equatoriale].

PERFEZIONAMENTO ALIMENTARE PERSONALE: fase FRUTTARIANA SOSTENIBILE

Come si è chiaramente visto, quindi, gli unici modelli alimentari possibili per la specie umana sono: il FRUTTARISMO (per una salute finalmente minimamente decente, enormemente superiore a tutti i precedenti modelli "alimentari"), ed il MELARISMO (per una salute assolutamente perfetta).

I fruttariani sono ormai moltissimi nel mondo, ed in aumento esplosivo, visto anche che si sta riscontrando sempre di più che sono quelli (ma unicamente tramite il FRUTTARISMO SOSTENIBILE, che è solo ed eclusivamente quello esposto in questi paragrafi) che hanno il più basso tasso di incidenza (QUASI NULLO) di qualsiasi tipo di patologia (rispetto a tutti i precedenti modelli "alimentari", ma molto dopo i melariani, che hanno, ovviamente, il predetto tasso addirittura assolutamente nullo).

Data la sua MASSIMA NATURALITA' per la SPECIE UMANA rispetto a tutti i modelli "alimentari" precedenti, il FRUTTARISMO SOSTENIBILE ha anche una capacità ENORME di far ristabilire il PESO corporeo e MASSA corporea IDEALI per ogni singola persona, a partire da qualsiasi peso innaturale, cioè:

il FRUTTARISMO SOSTENIBILE (ovviamente sempre intrapreso dall'inizio del predetto perfezionamento alimentare, e continuato fino alla fine dello stesso)

PER LE PERSONE IN SOVRAPPESO è anche L'UNICA VERA (SALUTARE E VELOCE) DIETA DIMAGRANTE AL MONDO

PER LE PERSONE SOTTOPESO è anche L'UNICA VERA (SALUTARE E VELOCE) DIETA INGRASSANTE AL MONDO.

E' anche ovvio che essendo l'impostazione del FRUTTARISMO SOSTENIBILE la più vicina al mondo a quella SPECIE-SPECIFICA per la specie umana, ogni singola cellula dell'organismo umano si sente finalmente perfettamente nutrita, e, di conseguenza, mai manda nemmeno indirettamente al cervello la sensazione di fame, ma addirittura è una tipologia alimentare che induce nel cervello umano la produzione di neurotrasmenttitori responsabili della sensazione di COMPLETA SAZIETA' e MASSIMA SENSAZIONE DI SODDISFAZIONE ALIMENTARE.

Precisazione del tutto essenziale; fruttarismo e FRUTTARISMO SOSTENIBILE: due concetti con esito assolutamente opposto

Mentre ogni fase "alimentare" diversa dall'alimentazione specie-specifica (soprattutto da quella onnariana a quella vegan-crudista) determina uno stato di tossicosi sempre maggiore (la loro relativa impostazione "mda" è solo quella a tossicità minore), e dunque sono fasi "alimentari" sempre insostenibili in quanto assolutamente patologiche in più o meno tempo, esiste un un unico FRUTTARISMO SOSTENIBILE (definito solo "sostenibile" visto che il nostro fruttarismo specie-specifico e, di conseguenza, salutare, è il melarismo): sostenibile, quindi, mai significa salutare, ma almeno che si possa sostenere al limite anche per una vita che possiede una salute minimamente decente (ma, come predetto, sempre enormemente superiore a tutti i precedenti modelli "alimentari").

Si è detto "unico" fruttarismo sostenibile in quanto su un pianeta come il nostro che possiede oltre 240.000 tipi di frutta, di cui però oltre il 99% sono velenosi o altamente tossici per la specie umana (si ricorda che ogni tipo di frutto è specie-specifico per una specie animale diversa), per ottenere un fruttarismo sufficientemente sostenibile occorre usare solo i frutti meno tossici per la nostra specie (come già sappiamo a parte la mela nessun frutto è salutare per la specie umana) in assoluto (quelli spiegati in questo capitolo); essendo la nostra fisiologia ovviamente inadatta nemmeno a quest'ultimo insieme di frutti (i meno tossici) essi vanno disposti nell'arco della giornata assolutamente in una certa determinata maniera in modo da almeno quasi bilanciare gli squilibri biochimici principali che possiedono rispetto alla nostra stessa biochimica e fisiologia (come vedremo nei prossimi paragrafi).

Purtroppo, è anche ovvio che con un numero così grande di frutti più o meno tossici esistenti (anche in commercio), un qualsiasi fruttarismo effettuato sciegliendo, o disponendo nella giornata, i frutti in maniera inadatta ad un minimo di equilibrio fisiologico, porta inevitabilmente, in un tempo maggiore o minore a seconda della persona, a problemi di salute.

Per questo motivo, occorre subito precisare che mentre esistono infiniti tipi di fruttarismo insostenibile (tanti quante sono i tipi di combinazione della totalità dei frutti esistenti meno uno), e che hanno portato a problemi di salute molte persone nel mondo, esiste un solo ed assolutamente unico FRUTTARISMO SOSTENIBILE (messo a punto in tanti decenni di pratica

ed esame, anche comparati, su un enorme numero di persone) l'unico che è capace di mantenere una persona in una salute praticamente ottima, ma anche, se iniziato in stato patologico, di riportarlo ad essa.

FRUTTARISMO SOSTENIBILE

Il fruttarismo SOSTENIBILE, come vedremo, può essere un'"alimentazione" anche ENORMEMENTE varia (specialmente se consideriamo tutte le letteralmente INFINITE ricette fruttariane possibili, una parte di esse presenti nel postdetto ricettario fruttariano) ma la SOSTENIBILITA' del fruttarismo, e quindi il FRUTTARISMO SOSTENIBILE, si ha SOLO ED ESCLUSIVAMENTE se si soddisfano almeno TUTTI i suoi seguenti

4 PARAMETRI TOTALMENTE ESSENZIALI della sostenibilità fruttariana (anche per tutti i motivi predetti):

1) FRUTTO SPECIE-SPECIFICO (MELA) al CENTRO (dell'importanza) (essendo, come abbiamo visto, IL frutto SPECIE-SPECIFICO per la specie umana, mai va dimenticato mai che la mela ROSSA, in particolare stark, rappresenta l'UNICA base salutare anche dei fruttariani, e l'UNICO scudo contro qualsiasi patologia, a patto che si seguano anche TUTTE le altre seguenti indicazioni che bilanciano correttamente il fruttarismo SOSTENIBILE, visto specialmente che NESSUN frutto, a parte la mela, è biochimicamente bilanciato per la specie umana, essendo fisiologicamente adatti ad ALTRE specie animali; è ovvio che ogni sbilanciamento di un frutto, può essere compensato SOLO con lo sbilanciamento esattamente OPPOSTO di altri frutti (ovviamente non per la salute perfetta, ma almeno per una sufficiente sostenibilità) e la mela, costituendo invece proprio l'equilibrio CENTRALE, da sola è insufficiente per BILANCIARE; quindi, anche per l'equilibrio biochimico, vanno seguite correttamente TUTTE le fondamentali indicazioni del fruttarismo 1, 2 e 3, senza modifiche, a comiciare dai tempi, la sequenza e le categorie di frutti utilizzate);

2) ELIMINAZIONE (anche graduale) delle 2 ASPECIFICITA' CARPICHE ESTREME (frutta ACIDA e frutta essiccata dolce) [più avanti ne vedremo gli ENORMI motivi; da ricordare sempre che sono le UNICHE due categorie di frutta aspecifica (tra quelle considerate "commestibili") TALMENTE ESTREMAMENTE SBILANCIATE per la biochimica della specie umana (sono adatte a specie animali TROPPO profondamente diverse dalla nostra) che (SOPRATTUTTO nel fruttarismo) E' ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE bilanciarle, NEMMENO MINIMAMENTE, in ALCUN modo e con NESSUN altro frutto, sotto INNUMEREVOLI aspetti, che vedremo più avanti; in particolare la frutta acida, a cominciare dalle arance, è in assoluto la categoria di frutta (col suo corredo molecolare profondamente iper-deelettronizzante e sfaldante strutture per noi assolutamente vitali) che ha SEMPRE IMPEDITO (proprio soprattutto negli ultimi circa 200 anni, da quando Couvier fondò la scienza dell'anatomia comparata, dimostrando scientificamente la struttura fruttivora della specie umana) LA DIFFUSIONE STESSA DEL FRUTTARISMO portando gradualmente TUTTI i fruttariani che la usavano a PROBLEMI (a volte purtroppo confessati anche MOLTI anni dopo, anche perchè inerenti all' INTOSSICAZIONE DEPERIMENTALE ACIDOTICA DIRETTA, che veniva scambiata erroneamente per "disintossicazione", mentre, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla terapeutica moderna, la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA è assolutamente sempre ASINTOMATICA e FISIONEUTRA) che analizzeremo più avanti, nel giro di alcuni mesi o anni, proprio riguardo la salute che pensavano di migliorare; come vedremo meglio, i fruttariani sono proprio coloro che subiscono danni più VELOCI dal flagello della frutta acida, principalmente in quanto l'organismo, essendo più disintossicato, REAGISCE PIU' VIOLENTEMENTE alle tossine acidotiche e soprattutto microbiomeccanico-lesive presenti nella frutta acida stessa, che vedremo più avanti; la frutta essiccata dolce porta a problemi salutistici SIMILI e quasi comparabili a quelli determinati dalla frutta acida];

3) BILANCIAMENTO dell'EQUILIBRIO PROTO-LIPO-GLICIDICO [essendo il frutto specie-specifico, SOLO la mela rossa (stark) è già PERFETTAMENTE BILANCIATA biochimicamente per la fisiologia della specie umana; TUTTI gli altri frutti, essendo fisiologicamente adatti ad ALTRE specie animali, sono biochimicamente TOTALMENTE SBILANCIATI per la nostra specie, e, di conseguenza, vanno SEMPRE compensati con frutti sbilanciati in modo a loro OPPOSTO; soprattutto è DEL TUTTO INDISPENSABILE bilanciare l'eccesso di GLUCOSIO della frutta dolce (sempre aspecifica per la specie umana) con l'apporto GRASSO-PROTEICO (di transizione verso anche il melarismo) contenuto specialmente nella FRUTTA GRASSA (anche la ESSENZIALE TRANSIZIONE proteica è soddifatta soprattutto da avocado e frutta ortaggio, visto anche che UN SOLO avocado medio contiene la STESSA quantità di proteine ADDIRITTURA di mezza bistecca); è altrettanto importante consumare la frutta grassa e la frutta ortaggio SOLO ed ESCLUSIVAMENTE a cena, nei modi e tempi e per i motivi descritti più avanti];

4) BILANCIAMENTO dell'EQUILIBRIO ACIDO-BASE [sempre essendo il frutto specie-specifico, SOLO la mela rossa (stark) è già PERFETTAMENTE BILANCIATA anche a livello acido-base per la fisiologia della specie umana (determina fisioneutralità perfetta a pH 7,4); TUTTI gli altri frutti, essendo fisiologicamente adatti ad ALTRE specie animali, sono TOTALMENTE SBILANCIATI anche a livello acido-base per la nostra specie, e, di conseguenza, vanno SEMPRE compensati con frutti sbilanciati in modo a loro OPPOSTO; soprattutto è DEL TUTTO INDISPENSABILE bilanciare la leggera ACIDIFICAZIONE determinata dalla frutta dolce (sempre aspecifica per la

specie umana), con la particolare ALCALINIZZAZIONE determinata specialmente dalla FRUTTA GRASSA, che è l'UNICA categoria di frutta che consente una VERAMENTE profonda alcalinizzazione SUFFICIENTE a bilanciare almeno la leggera (mai profondamente estrema come quella conferita dalla frutta acida) ma costante acidificazione determinata da TUTTA la frutta dolce (va ricordato sempre che, totalmente al contrario, il meccanismo molecolare iper-deeletronizzante-ossidativo della frutta acida, a cominciare dalle arance, non agisce principalmente con il meccanismo H3O+, e, di conseguenza, continua la sua azione estremamante istologico-distruttiva ANCHE in presenza di pH MOLTO alcalino, sotto molti aspetti, peggiore ADDIRITTURA dell'alcalosi SECONDARIA, che vedremo nel capitolo relativo alla patologia moderna); la tipologia di ALCALINIZZAZIONE compensativa sulla frutta dolce determinata dalla FRUTTA GRASSA consente anche di EVITARE DI USURARE le strutture interne specialmente di molti organi ed apparati della nostra specie];

5) RISPETTO del CICLO TROFO-FISIOLOGICO CIRCADIANO specie-specifico della specie umana (come abbiamo visto, la specie umana ha sviluppato in milioni di anni un CICLO TROFO-FISIOLOGICO a cicloH biochimicamente a massima evoluzione, ma, al tempo stesso, estremamente DELICATO, e, di conseguenza, è DEL TUTTO ESSENZIALE rispettare TUTTE le sue fasi, soprattutto la FASE CATABOLICA della MATTINA (colazione) e la FASE ANABOLICA del POMERIGGIO (pranzo), in cui vanno consumate SOLO ed ESCLUSIVAMENTE le tipologie di frutta descritte più avanti; inoltre, è fondamentale rispettare anche i tempi e la sequenza di TUTTE le varie categorie di frutta, spiegati più avanti).

Ora, per ottenere questo risultato della SOSTENIBILITA' PRINCIPALE, e addirittura anche tutte le altre caratteristiche di CO-SOSTENIBILITA' (tutte comunque totalmente essenziali), E' ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE SEGUIRE ALLA LETTERA TUTTE LE INDICAZIONI SEGUENTI, che nella realtà pratica sono MOLTO SEMPLICI, e molto più semplici di qualsiasi altro modello "alimentare" precedente.

Dunque, quando una persona è in fase fruttariana SOSTENIBILE [provvisoria (verso melarismo) o, anche se sconsigliato, definitiva], è assolutamente INDISPENSABILE applicare le seguenti IMPOSTAZIONI QUOTIDIANE di base (all’interno dei limiti quantitativi postdetti, la quantità di frutta consumata va modulata anche in funzione della propria statura).

Il fruttarismo SOSTENIBILE si articola in 3 sottofasi "alimentari", da attuare in successione, con la durata da uno a 6 mesi l'una:

1) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 1 (F1)
2) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 2 (F2)
3) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 3 (F3)

1) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 1 (F1)

Il fruttarismo sostenibile 1 deve essere effettuato come prima fase fruttariana. L'impostazione giornaliera consta di TRE pasti (SENZA aggiunte) ed è la seguente:

- COLAZIONE (comunque 1° PASTO) (farla appena se ne sente il bisogno): 1-2 (una o due) MELE ROSSE [MAI fare eccezioni a questo tipo di primo pasto; ognuna del peso medio (commerciale) di 2 etti; preferire la varietà stark-deliziosa; è fondamentale che siano almeno biodinamiche, o, al limite, biologiche, ottime al gusto (segno anche di buona coltivazione), mai tagliate, mangiate a morsi, con la buccia, mai i semi e mai nemmeno masticarli; come predetto, la mattina l'organismo è in fase catabolica e mai bisognerebbe mangiare, ma siccome anche in fase fruttariana 1 e 2 si proviene dalla cena precedente contenente ancora molte tossine aspecifiche, occorre assolutamente ristabilire un minimo di equilibrio biochimico specie-specifico consumando almeno 1 mela rossa nella mattinata il prima possibile;

  essendo anche l'unico frutto pH inalterante, mai aggiungere altro per consentire alle sostanze perfette della mela rossa di agire nella nostra fisiologia pulita della mattina senza l'interazione con altre sostanze, e lasciarla lavorare da sola almeno quattro ore prima del pranzo; è indispensabile che sia la prima cosa che entra nello stomaco nella giornata, anche in quanto, come predetto, la mattina, a stomaco e intestino puliti, ogni molecola ha un grado di assorbimento ed una potenza in efficacia molto maggiore; è indispensabile che ci sia sempre una mela rossa in ogni giornata, per assicurarsi tutti i principi nutritivi essenziali, assente in altri frutti];

- PRANZO (comunque 2° PASTO): FRUTTA DOLCE [consumare tre tipi di frutta dolce (di quantità a sazietà), (la motivazione dell'unire in uno stesso pasto, in determinata circostanza, è spiegata nella precisazione iniziale della cena); è ottimo iniziare con mezzo melone (visto anche che è il frutto dolce meno acidificante; esiste sia la varietà estiva che invernale; di alcune varietà, tipo quella retata, la prima metà di ogni fetta è buono mangiarla con la buccia), per poi consumare un altro paio di tipi di frutta dolce, preferendo i migliori, tipo pesca, kaki, pera (ne

esistono molte varietà), albicocca, uva (ottima quella rossa), fichi, prugne, ciliegie, anguria (la varietà piccola è ottima e comoda), mango, papaia (buona la varietà piccola), ecc.;

solo come eccezione, per pranzo, mai più di due volte a settimana, si può consumare una abbondante macedonia di tre frutti dolci a piacere, aggiungendo però in essa anche una mela, e, volendo, anche un po' di centrifugato di mela che, mischiando bene il tutto, crea un ottimo succo;

a pranzo (solo nel fruttarismo) EVITARE la banana (ottima, invece, per la cena fruttariana, anche in quanto contiene una configurazione glucidica che determina una sua digestione, assorbimento e assimilazione lenti, inadatti al pranzo (fruttariano), che ha bisogno, al contrario, di zuccheri veloci, ma, che, come vedremo meglio, sono ideali per la chiusura di cena fruttariana);

MAI usare frutta grassa o frutta ortaggio a pranzo, tanto meno a colazione, anche in quanto, contenendo una quantità quasi nulla di zuccheri, oltre che una necessità decisamente maggiore di energia per la digestione, assorbimento e assimilazione, porta a debolezza durante la giornata e, ad orario sbagliato, ad intossicazione aspecifica continuamente crescente (frutta grassa o frutta ortaggio a pranzo portano, nel tempo, oltre a debolezza, anche a calo patologico di peso |pur essendo insieme calorici| per il mancato rispetto del ciclo fisiologico bioritmico circadiano, addirittura alla gravissima acidosi soprattutto mattutina |pur essendo alcalinizzanti, se non si rispetta il nostro bioritmo fisiologico si ottiene esattamente l'effetto opposto|, fino all'innesco sempre maggiore di patologie); frutta grassa e frutta ortaggio sono, invece, in questa fase, addirittura TOTALMENTE INDISPENSABILI per la CENA, come vedremo meglio più avanti];

- CENA (comunque 3° e ULTIMO pasto): FRUTTA GRASSA, FRUTTA ORTAGGIO e 1-3 BANANE [(precisazione: quando il cibo è specie-specifico deve essere unico e mai si deve mischiare con nient'altro; tuttavia quando si consumano "cibi" inadatti ad una specie |come anche i frutti inadatti alla specie umana| siccome ognuno di essi è, appunto, biochimicamente sbilanciato per quella specie, è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE unirli nello stesso pasto |sempre nell'UNICO modo bilanciato citato in questo testo| proprio per poter attutire i danni di ogni "cibo" aspecifico e cercare di riavvicinarsi il più possibile al bilanciamento nutizionale del cibo specie-specifico; questo avviene SEMPRE anche in natura, nel caso in cui una specie animale sia al di fuori del suo ecosistema specie-specifico e sia costretto ad usare "cibi" aspecifici);

- è fondamentale iniziare sempre con un (mai meno nè più di uno) AVOCADO (da due a tre etti |netti, cioè esclusi seme e buccia|; normalmente l'avocado è tanto più gustoso quanto la sua buccia è più grinzosa e verde scuro; è mangiabile quando comincia a cedere ad una leggera pressione delle dita), ma è fondamentale anche che sia consumato a FETTINE tagliate longitudinalmente, poi sbucciate e mangiate a morsi (questo inizio della cena con l'avocado, nel fruttarismo1, MAI va modificato); (si ricorda che avocado e olive contengono solo il 14% di grassi | ben QUATTRO VOLTE DI MENO dei semi oleosi|, sono sempre frutti comunque LEGGERI in quanto contengono oltre il 76% di acqua, sono praticamente privi di colesterolo ed hanno addirittura la migliore qualità IN ASSOLUTO di tutti i tipi di grasso dopo la mela, con anche un'altissima percentuale di grassi monoinsaturi |detti SPAZZINI DEL SANGUE| la cui funzione DISINTOSSICANTE è potenziata da una ricchezza di potassio e di antiossidanti complementari, indispensabili nel fruttarismo, sia per una SOSTITUZIONE graduale di tutto l'intossicatissimo tessuto adiposo precedente, sia per una quantità complementare proteica che consente una gradualità fondamentale dall'alimentazione precedente);

- poi, è molto importante uno dei 2 seguenti tipi di alternative (di quantità a sazietà):

1) è di grande importanza un piatto di un misto di pomodori (tagliati a pezzetti in modo che scoli nel piatto parte del loro succo),meglio eliminare anche I semi al suo interno cetrioli (tagliati a rondelle fini e con tutta la buccia), OLIVE nere e verdi denocciolate (da uno a due etti; è importante che siano e denocciolate in modo da poterle gustare nello stesso morso con pomodori e cetrioli; in questo tipo di misto si possono, almeno nel primo periodo, utilizzare anche le olive salate, in quanto il loro sale si diluisce molto nel liquido abbondante creato dai pomodori cetrioli e olio; va ricordato che anche le olive sono decisamente alcalinizzanti, pure se contengono un minimo di sale; ovviamente col tempo è meglio passare a quelle non salate, di cui parleremo più avanti), aggiungere dai 30 ai 50 grammi di OLIO DI OLIVA DENOCCIOLATO (è fondamentale che sia denocciolato, cioè estratto da olive denocciolate, che è una vera e propria SPREMUTA DI POLPA DI OLIVE, altrimenti ingeriamo tutte le sostanze secondarie altamente tossiche dei semi di oliva; è anche importante che sia grezzo, cioè senza filtratura, e almeno biologico; a differenza dell'olio di oliva non denocciolato, l'olio di oliva denocciolato è anche alcalinizzante, con la sola eccezione di quelli le cui olive sono state raccolte acerbe, che però si riconoscono subito dal fatto che "raschiano" la gola, cioè danno una sensazione di bruciore alla gola, quindi, da evitare) e mescolare bene il tutto; [Nota revisore: meno olio si usa e meglio e', e' un prodotto rifinito. Meglio sostituirlo con più olive].

2) solo come eccezione, massimo tre volte a settimana (meglio il week-end), un'altra RICETTA fruttariana (non dolce) a piacere, in modo da poter avere, nel tempo, una cena anche molto varia (esempi di altri piatti non dolci, fatti

sempre al 100% di frutta cruda |presenti pure nel ricettario fruttariano esposto più avanti| sono: gli spaghetti fruttariani |di zucchina| al sugo |di pomodori e olive|, spaghetti alla carbonara fruttariani, spaghetti al pesto fruttariani, le lasagne fruttariane, la pizza fruttariana, la parmigiana fruttariana cruda, il risotto di zucca, crostini fruttariani, involtini fruttariani, panini fruttariani, una grande varietà di minestre o minestroni fruttariani, formaggio fruttariano, hamburger fruttariano, patatine "fritte" |ma crude| fruttariane, bistecca fruttariana, ecc.);

- poi, è fondamentale terminare la cena con 1-3 BANANE (mai meno di una e mai più di tre, di grandezza media, circa 120 grammi netti l'una);

  (la banana è un frutto ottimo per la chiusura di una cena fruttariana, in quanto la precedente parte di cena contiene una abbondante quantità di grassi e proteine, ma contiene una scarsa quantità di carboidrati, che, invece, specialmente nella configurazione glucidica qualitativa e quantitativa presente solo nella banana, sono necessari, oltre che per un corretto bilanciamento dei predetti nutrienti, per la produzione di serotonina, che è proprio il neurotrasmettitore essenziale per un sonno fisiologicamente sano e riposante; inoltre la banana, oltre ad avere una biochimica che agevola la digestione e fisiologia generale dei grassi carpici assunti nella prima parte della cena, possiede, come accennavamo, una configurazione glucidica a digestione, assorbimento ed assimilazione lenti, cosa che consente un loro utilizzo graduale lungo tutta la nottata ed un risveglio mattutino ancora pieno di energia; ancora inoltre, oltre l'aspetto qualitativo, la banana ha una concentrazione decisamente più alta di carboidrati rispetto alla media della frutta dolce, cosa che consente il predetto bilanciamento proto-lipidico con una quantità decisamente minore di frutta dolce, che, a chiusura di cena deve essere il minimo possibile, visto anche che è leggermente acidificante ed è stata già presa in abbondanza a pranzo |la frutta grassa e la frutta ortaggio, infatti, sono le uniche due categorie esistenti al mondo di frutta alcalinizzante, e sono ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALI nella cena fruttariana anche perchè bilanciano la leggera acidosi conferita sia dalla abbondante frutta dolce del pranzo che dalle poche banane di chiusura cena stesse|;
  la banana è digeribilissima, ma se qualcuno avesse qualche problema con questo frutto, o in particolare a chiusura di cena, è sufficiente masticarla meglio, più lentamente e deglutire solo quando è completamente liquida; si ricorda che la banana va evitata a fine di cena onnariana, vegetariana, vegan o vegan-crudista, sulle quali può risultare pesante, ma è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE a fine cena FRUTTARIANA, dove ha un effetto addirittura assolutamente OPPOSTO, per tutti i predetti motivi biochimici, anche in quanto una cena di frutta contiene comunque mediamente oltre l'85% d'acqua ed è quindi sempre LEGGERA);

  (solo come eccezione, massimo tre volte a settimana |meglio il week-end|, al posto delle banane si può consumare una ricetta fruttariana dolce a piacere |ad esempio, quelle esposte più avanti nel ricettario fruttariano, come: macedonia, cannoli fruttariani, budini fruttariani, cioccolata fruttariana, torte fruttariane, crostate fruttariane, yougurt fruttariano, gelati fruttariani, frullati, ecc.| sempre in modo da poter avere, nel tempo, una cena anche molto varia);

- infine, ovviamente, l'ideale è chiudere la cena con circa mezza mela rossa (o una meletta rossa piccola) (anche in quanto, come predetto, per l'innesco di una sana intera fisiologia di tutta la nottata, è decisiva specialmente l'ultima cosa che si consuma)].

[COSA DEL TUTTO ESSENZIALE: nel fruttarismo sostenibile 1 (ed in tutti i precedenti modelli "alimentari"), la frutta acida (arance, tutti i restanti agrumi, kiwi e ananas), per la sua tossicità dovuta agli enormi motivi che vedremo più avanti, e la frutta essiccata dolce (fichi essiccati, datteri essiccati, uva essiccata, ecc.), avendo una tossicità quasi pari a quella delle arance e restante frutta acida,

VANNO EVITATE AL MASSIMO (al limite, da usare solo ed esclusivamente come assoluta eccezione, cioè mai più di una volta a settimana, in minima quantità, assolutamente mai come prima cosa assunta nella giornata, e mai a stomaco vuoto); (la frutta essiccata dolce va comunque reidradata fisiologicamente immergendola in centrifrugato di mela per qualche ora)].

[Per coloro che hanno eventuali problemi di di troppa produzione di urina, anche di notte, è sufficiente aumentare la quantità di frutta ESSICCATA ORTAGGIO (come pomodori essiccati, zucchine essiccate, peperoni essiccati, melanzane essiccate, zucca essiccata, ecc.; ovviamente senza sale che, portando a bere, aumenta l'uresi) la quale è capace di assorbire l'eventuale acqua fisiologica in eccesso].

[Per coloro a cui dovessero piacere poco o nulla alcuni tipi di frutto, ricordarsi di riassagiarli dopo almeno una settimana di fruttarismo, sia in quanto una volta che le papille gustative sono sufficientemente disintossicate apprezzano molto meglio qualsiasi tipo di frutto (sostenibile), sia in quanto è assolutamente fondamentale nella fase fruttariana mai togliere NESSUNO dei frutti (sostenibili) suddetti, oltre che per l'indispensabile equilibrio biochimico, anche per una fondamentale gradualità nella diminuzione della varietà di cibi assunti e relative ricette possibili].

2) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 2 (F2)

Dopo appena oltre un mese di fruttarismo sostenibile 1, si può passare al fruttarismo sostenibile 2, la cui impostazione giornaliera consta sempre di TRE pasti (SENZA aggiunte) ed è la seguente:

- COLAZIONE (comunque 1° PASTO) (farla appena se ne sente il bisogno); 1-2 (una o due) MELE ROSSE [MAI fare eccezioni a questo tipo di primo pasto; ognuna del peso medio (commerciale) di 2 etti; preferire la varietà stark-deliziosa; è fondamentale che siano almeno biodinamiche, o, al limite, biologiche, ottime al gusto (segno anche di buona coltivazione), mai tagliate, mangiate a morsi, con la buccia, mai i semi e mai nemmeno masticarli; come predetto, la mattina l'organismo è in fase catabolica e mai bisognerebbe mangiare, ma siccome anche in fase fruttariana 1 e 2 si proviene dalla cena precedente contenente ancora molte tossine aspecifiche, occorre assolutamente ristabilire un minimo di equilibriobiochimico specie-specifico consumando almeno 1 mela rossa nella mattinata il prima possibile; essendo anche l'unico frutto pH inalterante, mai aggiungere altro per consentire alle sostanze perfette della mela rossa di agire nella nostra fisiologia pulita della mattina senza l'interazione con altre sostanze, e lasciarla lavorare da sola almeno quattro ore prima del pranzo; è indispensabile che sia la prima cosa che entra nello stomaco nella giornata, anche in quanto, come predetto, la mattina, a stomaco e intestino puliti, ogni molecola ha un grado di assorbimento ed una potenza in efficacia molto maggiore; è indispensabile che ci sia sempre una mela rossa in ogni giornata, per assicurarsi tutti i principi nutritivi essenziali, assenti negli altri frutti];

- PRANZO (comunque 2° PASTO): (da una a tre) MELE ROSSE [aventi stesse caratteristiche citate in colazione; MAI superare le 5 mele al giorno (di peso suddetto), sia in quanto hanno una capacità nutrizionale cellulare molto profonda e potente, sia in quanto oltre una certa soglia quantitativa (minore in fase pre-fruttariana e crescente fino al melarismo1) il fruttosio viene trasformato in glucosio, con tutte le conseguenze negative predette; visto che la sera si consumano tutti frutti inadatti alla specie umana, nel fruttarismo, proprio per essere sostenibile, è fondamentale, in questa fase, arrivare a consentire al nostro organismo, tramite la mela rossa anche a pranzo, di ripristinare un metabolismo adatto alla sua specie almeno durante tutto l'arco della giornata prima di cena (l'elenco enorme di motivazioni per questa impostazione è già stata esposta nei paragrafi relativi all'impostazione fasica "mda", e che, relativamente all'"mma", per di più nel fruttarismo, sono, ovviamente, addirittura molto più potenti); in gergo fruttariano si dice che il segreto nel fruttarismo è proprio quello di "LASCIARE PULITO A MELE ALMENO TUTTO L'ARCO DELLA GIORNATA FINO A CENA";

  MAI usare frutta grassa o frutta ortaggio a pranzo, tanto meno a colazione, anche in quanto, contenendo una quantità quasi nulla di zuccheri, oltre che una necessità decisamente maggiore di energia per la digestione, assorbimento e assimilazione, porta a debolezza durante la giornata e, specialmente ad orario sbagliato, ad intossicazione aspecifica sempre crescente, con le ulteriori conseguenze negative predette; sono, invece, anche in questa fase, addirittura totalmente indispensabili per la cena, come vedremo meglio più avanti];

- CENA (comunque 3° e ULTIMO pasto): FRUTTA DOLCE, GRASSA, ORTAGGIO e 1-3 BANANE [(precisazione: quando il cibo è specie-specifico deve essere unico e mai si deve mischiare con nient'altro; tuttavia quando si consumano "cibi" inadatti ad una specie |come anche i frutti inadatti alla specie umana| siccome ognuno di essi è, appunto, biochimicamente sbilanciato per quella specie, è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE unirli nello stesso pasto |sempre nell'UNICO modo bilanciato citato in questo testo| proprio per poter attutire i danni di ogni "cibo" aspecifico e cercare di riavvicinarsi il più possibile al bilanciamento nutizionale del cibo specie-specifico; questo avviene SEMPRE anche in natura, nel caso in cui una specie animale sia al difuori del suo ecosistema specie-specifico e sia costretto ad usare "cibi" aspecifici; nel caso di questa impostazione di cena, il bilanciamento nutrizionale è di molto superiore a quello della cena del fruttarismo 1, in quanto sia il bilanciamento proto-lipido-glucidico sia il bilanciamento acido-basico è attuato immediatamente già nello stesso pasto);

- iniziare sempre da uno a due tipi di frutta dolce(ovviamente in quantità inferiore a quella del pranzo del fruttarismo 1, visto che dopo si consuma anche frutta grassa e ortaggio);

- poi, è fondamentale continuare sempre con un (mai meno nè più di uno) AVOCADO (da due a tre etti |netti, cioè esclusi seme e buccia|; ricordare ancora che normalmente l'avocado è tanto più gustoso quanto la sua buccia è più grinzosa e verde scuro), ma ancora è fondamentale anche che sia consumato a FETTINE tagliate longitudinalmente, poi sbucciate e mangiate a morsi (questa continuazione della cena con l'avocado, nel fruttarismo 2, MAI va modificata);

  (si ricorda che avocado e olive contengono solo il 14% di grassi |ben QUATTRO VOLTE DI MENO dei semi oleosi|, sono sempre frutti comunque LEGGERI in quanto contengono oltre il 76% di acqua, sono praticamente privi di colesterolo ed hanno addirittura la migliore qualità IN ASSOLUTO di tutti i tipi di grasso dopo la mela, con anche un'altissima percentuale di grassi monoinsaturi |detti SPAZZINI DEL SANGUE| la cui funzione

DISINTOSSICANTE è potenziata da una ricchezza di potassio e di antiossidanti complementari, indispensabili nel fruttarismo, sia per una SOSTITUZIONE graduale di tutto l'intossicatissimo tessuto adiposo precedente, sia per una quantità complementare proteica che consente una gradualità fondamentale dall'alimentazione precedente);

- poi, è molto importante uno dei 3 seguenti tipi di alternative, (di quantità a sazietà):

1) frutti ortaggio consumati a morsi e con la buccia, tipo pomodori (ottimi quelli grinzosi e ciliegino), cetrioli (i più buoni sono quelli più piccoli, fini e scuri), zucchine (anche per loro le più buone sono quelle più piccole, fini e scure, di ogni varietà; se presente, mai consumare il fiore, che, contiene sostanze secondarie tossiche), peperoni (i migliori sono quelli rossi), zucca (la zucca è il frutto più alcalinizzante che esiste; ne esistono molte varietà, da scegliere a seconda dei gusti personali; molto buona è la varietà grande, a grinze larghe, con buccia arancione o grigia e polpa arancione; è ottima consumata a fettine (tagliandola come il melone, con fette più fine, e mangiandola a morsetti piccoli e con la buccia), ecc.;

poi consumare gli stessi frutti ortaggio in pinzimonio, cioè immergendoli parzialmente in OLIO D'OLIVA (DENOCCIOLATO) (da 30 a 50 grammi) messo in un piatto, e mordendo la parte bagnata di olio (come predetto, a differenza dell'olio di oliva non denocciolato, l'olio di oliva denocciolato è anche alcalinizzante, con la sola eccezione di quelli le cui olive sono state raccolte acerbe, che però si riconoscono subito dal fatto che "raschiano" la gola, cioè danno una sensazione di bruciore alla gola, quindi, da eviotare); [Nota revisore: meno olio si usa e meglio e', e' un prodotto rifinito. Meglio sostituirlo con più olive],

poi consumare OLIVE (da uno a due etti |netti|; conviene avere a disposizione molti tipi di oliva diversi |rosse, nere, verdi, e ognuno di questi tre tipi di molte varietà| in modo sia da poter variare maggiormente, sia di consumarne una quantità maggiore |come predetto, anche le olive sono decisamente alcalinizzanti, pure se contengono un minimo di sale; ovviamente col tempo è meglio passare a quelle senza sale, di cui parleremo più avanti; avocado, olive e olio d'oliva denocciolato sono fondamentali nel fruttarismo in quanto, come vedremo meglio più avanti, costituiscono l'unica terna grassa fruttariana che è ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE, in questa fase, anche per evitare di innescare la crisi di astinenza da tossine forti che porta ad avere voglie di cose diverse da frutta|;
le olive migliori sono quelle senza sale o qualsiasi altra sostanza, compresa l'acqua e si ottengono inserendo le olive, ma solo mature, direttamente dall'albero in un barattolo vuoto, chiudendolo bene in modo che eviti di passare l'aria |le olive liberano un gas che, nel barattolo chiuso, toglie l'amaro| e consumandole dopo almeno 1 mese |dopo la prima apertura si conservano bene nello stesso barattolo, e sono sempre più buone ad ogni riapertura|; una volta riabituati al loro sapore naturale sono molto più buone di quelle salate e sono presenti anche in commercio, specialmente su internet);

2) come in precedenza, un piatto di un misto di pomodori (tagliati a fette in modo che scoli nel piatto parte del loro succo), eliminare sempre I semi all'interno, cetrioli (tagliati a rondelle fini e con tutta la buccia), OLIVE nere e verdi denocciolate in quantità abbondante (almeno 2 etti e mai più di 3 etti; è importante che siano e denocciolate in modo da poterle gustare nello stesso morso con pomodori e cetrioli; in questo tipo di misto si possono, almeno nel primo periodo, utilizzare anche le olive salate, in quanto il loro sale si diluisce molto nel liquido abbondante creato dai pomodori cetrioli e olio), aggiungere dai 50 ai 100 grammi (sempre mai meno di 50 grammi e mai più di 100) di OLIO DI OLIVA DENOCCIOLATO (ripetiamo che è fondamentale che sia denocciolato, cioè estratto da olive denocciolate, che è una vera e propria SPREMUTA DI POLPA DI OLIVE, altrimenti ingeriamo tutte le sostanze secondarie altamente tossiche dei semi di oliva; è anche importante che sia grezzo, cioè non filtrato, e almeno biologico) e mescolare bene il tutto; [Nota revisore: meno olio si usa e meglio e', e' un prodotto rifinito. Meglio sostituirlo con più olive],

3) solo come eccezione, massimo due volte a settimana (meglio il week-end), un'altra ricetta fruttariana (non dolce) a piacere, in modo da poter avere, nel tempo, una cena anche molto varia (ricordiamo che esempi di altri piatti non dolci, fatti sempre al 100% di frutta cruda |presenti anche nel ricettario fruttariano esposto più avanti| sono: gli spaghetti fruttariani |di zucchina| al sugo |di pomodori e olive|, spaghetti alla carbonara fruttariani, spaghetti al pesto fruttariani, le lasagne fruttariane, la pizza fruttariana, la parmigiana fruttariana cruda, il risotto di zucca, crostini fruttariani, involtini fruttariani, panini fruttariani, una grande varietà di minestre o minestroni fruttariani, formaggio fruttariano, hamburger fruttariano, patatine "fritte" |ma crude| fruttariane, bistecca fruttariana, ecc.);

- poi, è ancora fondamentale terminare la cena con 1-3 banane (mai meno di una e mai più di tre, di grandezza media, circa 120 grammi netti l'una); (ripetiamo che la banana è un frutto ottimo per la chiusura di una cena fruttariana, in quanto la precedente parte di cena contiene una abbondante quantità di grassi e proteine, ma contiene una scarsa quantità di carboidrati |la frutta dolce iniziale è solo un piccolo antipasto|, che, invece, specialmente nella configurazione glucidica qualitativa e quantitativa presente solo nella banana, sono necessari, oltre che per un corretto bilanciamento dei predetti nutrienti, per la produzione di serotonina, che è proprio il neurotrasmettitore essenziale per un sonno fisiologicamente sano e riposante; inoltre la banana, oltre ad avere

una biochimica che agevola la digestione e fisiologia generale dei grassi carpici assunti nella prima parte della cena, possiede, come accennavamo, una configurazione glucidica a digestione, assorbimento ed assimilzione lenti, cosa che consente un loro utilizzo graduale lungo tutta la nottata ed un risveglio mattutino ancora pieno di energia; ancora inoltre, oltre l'aspetto qualitativo, la banana ha una concentrazione decisamente più alta di carboidrati rispetto alla media della frutta dolce, cosa che consente il predetto bilanciamento proto-lipidico con una quantità decisamente minore di frutta dolce, che, a chiusura di cena deve essere il minimo possibile, visto anche che è leggermente acidificante ed è stata già presa all'inizio della cena |la frutta grassa e la frutta ortaggio, infatti, sono le uniche due categorie esistenti al mondo di frutta alcalinizzante, e sono ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALI nella cena fruttariana anche perchè bilanciano la leggera acidosi conferita sia dalla frutta dolce dell'inizio della cena che dalle poche banane di chiusura cena stesse|; la banana è digeribilissima, ma se qualcuno avesse qualche problema con questo frutto, o in particolare a chiusura di cena, è sufficiente masticarla meglio, più lentamente e deglutire solo quando è completamente liquida e farlo maturare completamente;

si ricorda che la banana va evitata a fine di cena onnariana, vegetariana, vegan o vegan-crudista, sulle quali può risultare pesante, ma è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE a fine cena FRUTTARIANA, dove ha un effetto addirittura assolutamente OPPOSTO, per tutti i predetti motivi biochimici, anche in quanto una cena di frutta contiene comunque mediamente oltre l'85% d'acqua ed è quindi sempre LEGGERA);

(solo come eccezione, massimo due volte a settimana |meglio il week-end|, al posto delle banane si può consumare una ricetta fruttariana dolce a piacere |ad esempio, quelle esposte più avanti nel ricettario fruttariano, come: macedonia, cannoli fruttariani, budini fruttariani, cioccolata fruttariana, torte fruttariane, crostate fruttariane, yougurt fruttariano, gelati fruttariani, frullati, ecc.| sempre in modo da poter avere, nel tempo, una cena anche molto varia);

- infine, ancora ovviamente, l'ideale è chiudere la cena con circa mezza mela rossa (o una meletta rossa piccola) (anche in quanto, come predetto, per l'innesco di una sana intera fisiologia di tutta la nottata, è decisiva specialmente l'ultima cosa che si consuma)].

[COSA DEL TUTTO ESSENZIALE: nel fruttarismo sostenibile 2 (e, ovviamente, in tutti i successivi modelli "alimentari"), la frutta acida (arance, tutti i restanti agrumi, kiwi e ananas), per la sua tossicità dovuta agli enormi motivi che vedremo più avanti, e la frutta essiccata dolce (fichi essiccati, datteri essiccati, uva essiccata, ecc.), avendo una tossicità quasi pari a quella delle arance e restante frutta acida, VANNO ASSOLUTAMENTE ELIMINATE COMPLETAMENTE].

[Come predetto, per coloro che hanno eventuali problemi di di troppa produzione di urina, anche di notte, è sufficiente aumentare la quantità di frutta ESSICCATA ORTAGGIO (come pomodori essiccati, zucchine essiccate, peperoni essiccati, melanzane essiccate, zucca essiccata, ecc.; ovviamente senza sale che, portando a bere, aumenta l'uresi) la quale è capace di assorbire l'eventuale acqua fisiologica in eccesso].

[Per coloro a cui dovessero piacere poco alcuni tipi di frutto, ricordarsi di riassagiarli dopo almeno una settimana di fruttarismo, sia in quanto una volta che le papille gustative sono sufficientemente disintossicate apprezzano molto meglio qualsiasi tipo di frutto (sostenibile), sia in quanto è assolutamente fondamentale nella fase fruttariana mai togliere i frutti (sostenibili) suddetti, oltre che per l'indispensabile equilibrio biochimico, anche per una fondamentale gradualità nella diminuzione della varietà di "cibi" assunti e relative ricette possibili].

Importanza fondamentale per il fruttarismo sostenibile 2 dell'impostazione colazione-pranzo a mele Il fruttarismo sostenibile 2 consiste, quindi, nei primi 2 pasti (colazione e pranzo) di solo mele rosse (di circa 2 etti ognuna; una a pasto è l'ideale, massimo 2 a colazione, massimo 3 a pranzo), e l'ultimo pasto (cena) di altra frutta, esattamente con la predetta struttura di base.

L'impostazione colazione-pranzo a mele del fruttarismo 2 è assolutamente fondamentale per il nostro organismo, proprio perchè, anche nel fruttarismo, la salute si ottiene, come abbiamo detto, solo ed eclusivamente con la quantità minima, ma, allo stesso tempo, con la qualità massima (mela rossa) dei nutrienti.

Il fruttarismo 2 consente di rimanere con un organismo ottimamente disintossicato dalle mele tutta la giornata, lasciando il tempo di lavorare proprio alle sostanze perfette della mela rossa, prima di introdurre la sera altra frutta.

Questo è assolutamente fondamentale, e è addirittura del tutto essenziale nel fruttarismo assestato, e mai dimenticarlo, proprio per il semplicissimo motivo che, come abbiamo visto, la frutta diversa da mela è inadatta alla specie umana e, quindi, se si evita di ridimensionare (consumandola, al limite, una sola volta al giorno, solo ed esclusivamente la sera), col tempo, porta a diversi problemi, dovuta specialmente al loro squilibrio di nutrienti e di determinazione di pH come risultato metabolico finale ematico.

Il fruttarismo 2 è ottimo anche dal punto di vista psicologico, in quanto, mentre toglie totalmente la fame e la sete durante il giorno grazie alle sostanze perfette della mela rossa, e con le massime energie, fisiche e mentali, mai sentite nella propria vita, consente la sera di lasciarsi una sorta di "sfogo" mentale (indotto anche da questa società innaturale) con l'altra frutta

(esclusivamente nel modo descritto).

3) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 3 (F3)

Dopo la precedente fase si può passare gradualmente al fruttarismo sostenibile 3, che, oltre ad essere il livello più avanzato di fruttarismo, costitusce anche la migliore fase di transizione al melarismo.

La sua struttura è definita "5-2":

5 giorni (dal lunedì al venerdì) di MELARISMO 1 (esposto nel relativo paragrafo, più avanti),

E

2 giorni (sabato e domenica) di FRUTTARISMO 2 (già esposto nel relativo paragrafo).

Questa alternanza, nella presente fase, è fondamentale, oltre che per i motivi che vedremo più avanti, principalmente sia perchè consente di cominciare a prendere confidenza con l'esperienza stupenda del melarismo, e sia perchè rende possibile, nel fine-settimana, consumando altra frutta, di constatare direttamente l'enorme superiorità della mela in termini di POTENZA SALUTISTICA e TERAPEUTICA rispetto a qualsiasi altro frutto che riassaggiamo. [COSA DEL TUTTO ESSENZIALE: come predetto, nel fruttarismo sostenibile 3 (e, ovviamente, in tutti i successivi modelli "alimentari"), la frutta acida (arance, tutti i restanti agrumi, kiwi e ananas), per la sua tossicità dovuta agli enormi motivi che vedremo più avanti, e la frutta essiccata dolce (fichi essiccati, datteri essiccati, uva essiccata, ecc.), avendo una tossicità quasi pari a quella delle arance e restante frutta acida, VANNO ASSOLUTAMENTE ELIMINATE COMPLETAMENTE].

3) FRUTTARISMO SOSTENIBILE 3 (F3) – 2

Se il passaggio alla struttura del fruttarismo 3 (F3) fosse troppo repentino, lo si può fare a piccoli passi: si inseriscono sempre più giorni di Melarismo M1, E meno di Fruttarismo F2. Si comincia con un solo giorno a settimana di M1, e poi, entro I tempi descritti, si aggiungono giorno di M1, ogni settimana oppure ogni mese.

Avendo 6 mesi di F3, Possiamo aggiungere un giorno di Melarismo M1, ogni 2 settimane.
Questo metodo più graduale, ci da' modo di abituarci al gusto pefertto della mela con molta gradualità.

CAMBIO FASE ALIMENTARE

Qualsiasi e' la nostra attuale fase alimentare, possiamo rendere il passaggio alla successiva davvero graduale e facile da raggiungere. Basta inserire un giorno a settimana, ogni mese o 2. Così facendo tutto avverra senza fretta e voglie tossiche. E' megli andare più lenti del previsto che accelerare I vari passaggi. Se tutto puo esser fatto in un anno, meglio in 2 anni. Tutto dipende da noi, usare sempre la massima gradualità.

MIGLIORARE LA DIGERIBILITA'

Un semplice ed efficace sistema per aumentare l'assorbimento dei nutrienti e' quello di masticare bene il cibo fino a che il boccone sia perfettamente liquido. Cosi' facendo avremo zero problemi di digestione, e aumenteremo il gusto del nostro pasto. E' un'ottima pratica quella di consumare solo frutti maturi. Per le banane, bisognerebbe aspettare fino a che il frutto cominci a presentare macchie nere sulla buccia. Ricordiamoci inoltre di togliere I semi dai frutti dove possibile, questi sono sempre tossici. Per I pomodori, basta tagliarli e svuotarli degli stessi.

FRUTTARISMO (F1, F2, F3) e MELARISMO (da M1 in poi):

Innesco graduale e sempre maggiore della fisiologia NATURALE della SPECIE UMANA, dalla MASSIMA POTENZA e RESISTENZA FISICO-ATLETICA, alla MASSIMA POTENZA e RESISTENZA MENTALE-SPIRITUALE Ricordiamoci SEMPRE che, proprio SCIENTIFICAMENTE, OGNI SINGOLO ATOMO DEL NOSTRO ORGANISMO PROVIENE DAL CIBO.

Di conseguenza, per tutti i motivi BIOCHIMICO-FISIOLOGICI che vedremo meglio anche nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne, man mano che si procede nella DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA dopo che si è entrati a vivere finalmente il FRUTTARISMO, in tutte le sue predette fasi (F1, F2, F3), fino al MELARISMO (dalla fase M1 in poi), ci si accorgerà chiaramente di aver vissuto fino ad allora in una specie di inferno, fatto quasi solo di problemi e ostacoli continui

di ogni tipo, a volte apparentemente insormontabili, che invece erano una INTOSSICAZIONE ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA (per "alimentazione" TOTALMENTE INADATTA alla nostra biochimicamente EVOLUTISSIMA specie) che gradualmente da quando siamo nati si accumulava nel nostro FISICO e CERVELLO creando una sorta di ZAVORRA sempre più PESANTE, in TUTTE le singole cellule dell'organismo, da quelle degli organi generali fino ad ogni singolo NEURONE del cervello (si ricorda che il cervello è un organo come tutti gli altri, e se entra in TOSSICOSI ASPECIFICA si ammala ESATTAMENTE come TUTTI gli altri organi), una zavorra che ci teneva sempre più ANCORATI A TERRA, COSTRINGENDOCI sempre più strisciare come vermi, e sempre più malati, piuttosto che lasciarci VOLARE come AQUILE REALI sempre più sane, maestose e possenti, LIBERE E FELICI in un cielo SPLENDENTE.

Questo vale per ASSOLUTAMENTE TUTTI gli aspetti della nostra vita, NESSUNO ESCLUSO: dall' aspetto FISICO e ATLETICO, anche con un AUMENTO ESPONENZIALE MASSIMO nel rendimento anaerobico ed aerobico, (da ogni attività ATLETICA soprattutto al MASSIMO livello MONDIALE, ad OGNI attività e settore LAVORATIVO, ecc.), fino all'aspetto MENTALE e SPIRITUALE, col MASSIMO rendimento cerebrale, dalla fase di APPRENDIMENTO degli studenti di ogni livello, alla fase LAVORATIVA PROFESSIONALE di più ALTA QUALITA' e VELOCITA', con risultati di effica ed efficienza del tutto MASSIMI.

MAI dimenticamoci che ciò è dovuto una semplicemente perchè per la PRIMA volta nella nostra vita, stiamo introducendo nel nostro organismo un CARBURANTE (che in realtà è INFINITAMENTE più di un carburante perchè, come abbiamo visto e vedremo meglio, COSTRUISCE letteralmente OGNI singolo componente della nostra "automobile corporea", dalla carrozzeria, ai pneumatici, al motore, all'albero di trasmissione, ai sedili, al cruscotto, fino addirittura all'INTERO CONDUCENTE stesso, il nostro CERVELLO) che la natura ha perfezionato persino in molti MILIARDI di ANNI di evoluzione biololgica e fisiologica, ed è quindi l'UNICO carburante TOTALE che ci consente di ritrovare finalmente NOI STESSI, dal nostro equilibrio e SALUTE fisica e mentale, fino alla nostra vera e propria FELICITA', che è lo stato fisiologico NORMALE del nostro cervello.

Infatti, noteremo che mentre si percepirà chiaramente la graduale opera di PULIZIA ORGANICA che avviene in TUTTO il nostro corpo, a cominciare dal livello FISICO, allo stesso tempo, si percepirà chiaramente anche la graduale opera di PULIZIA ORGANICA che avviene a livello MENTALE e SPIRITUALE, con una efficacia addirittura INFINITAMENTE superiore a qualsiasi tecnica o meditazione possibile; il tutto in AUTOMATICO e con la MASSIMA sensazione di benessere, persino continuamente CRESCENTE.

Le fasi F1, F2, F3, ma soprattutto la fase M1 (e seguenti), sono fasi POTENTISSIME e, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla terapeutica moderna, mentre GUARISCONO TOTALMENTE da QUALSIASI stato patologico fisico pregresso, dal cancro all'aids, dall'artite reumatoide all'osteoporosi, ecc., allo stesso tempo effettuano il MASSIMO e PROFONDISSIMO lavoro di PULIZIA MENTALE, capace di risolvere anche QUALSIASI PATOLOGIA PSICOLOGICA, dalle semplici paure incosce e consce della vita, ai classici conflitti interiori, i quali vengono gradualmente riproposti dal nostro stesso cervello e risolti, a mal di testa relativo ad ogni categoria patologica, all'ansia, nervosismo, irascibilità, tristezza, attacchi di panico, depressione anche acuta, fino a guarire pure qualsiasi stato patologico mentale di cosiddetta "pazzia", che, altro è che una semplicissima intossicazione aspecifica cronico-cumulativa NEURONALE, cosa che ha strabiliato letteralmente moltissimi scienziati del mondo, che hanno dovuto constatare anche un riassetto neurotrasmettitoriale PERFETTO, fino al 70% in fase F1 e fino al 100% in fase M1 avanzata.

Alla fine si acquisirà una tale sensazione di PULIZIA CORPOREA e LUCIDITA' MENTALE, che finalmente CI SI SENTE FELICI SENZA SAPERE NEANCHE IL PERCHE'.

Nel FRUTTARISMO MAI dimenticare l' IMPORTANZA FONDAMENTALE DELLA FRUTTA GRASSA (avocado, olive e olio d'oliva denocciolato grezzo(il meno possibile); si ricorda che quest'ultimo, essendo denocciolato, è una vera e proria SPREMUTA DI POLPA DI OLIVA) (usata SOLO nelle MODALITA' e TEMPI SOSTENIBILI predetti), oltre che dal punto di vista QUALITATIVO (soprattutto equilibrio proto-lipo-glicidico, equilibrio acido-base, DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA MASSIMA anche tramite gli SPAZZINI del SANGUE, cioè livelli sufficienti di grassi monoinsaturi, SOSTITUZIONE graduale di tutto l'intossicatissimo tessuto adiposo precedente, ecc.) anche dal punto di vista QUANTITATIVO (pure equilibrio CALORICO generale ottimale nella fase fruttariana, che inoltre consente di consumare una quantità di frutta INFERIORE di OLTRE 3 CHILI AL GIORNO rispetto ad un fruttarismo senza frutta grassa, di conseguenza, tra l'altro, ABBASSANDO ENORMEMENTE tutti i livelli deleteri di usura molecolare indotta, a cominciare proprio dalla devastante USURA PROTEICA INDOTTA, ed ottenendo, al tempo stesso, una quantità di ENERGIA fisica e mentale ENORMEMENTE SUPERIORE)

Abbiamo visto che in tutti i modelli "alimentari" FORTEMENTE inadatti alla nostra specie (dall'onnarismo, al vegetarismo, al veganismo, al veganismo-crudista) servono almeno 2000 calorie (kcal) giornaliere per soddisfare anche il fabbisogno calorico INDOTTO dovuto principalmente alla digestione innaturale assorbimento innaturale, assimilazione innaturale, metabolismo innaturale e succesiva dispendiosissima disintossicazione aspecifica.

Per gli stessi identici motivi fondamentali, ciò rimane vero anche per qualsiasi fruttarismo insostenibile (dai predetti "fruttacidarismo" e "fruttadolciarismo" che Evitano di usare frutta grassa, fino ai predetti "fruttonnarismo" e "frugrassortaggismo" che mai usano una impostazione sostenibile) in cui servono ancora almeno 2000 calorie giornaliere

per ottenere come sempre una quantità di energia risultante (fisica e mentale) di MOLTISSIMO INFERIORE a quella che il FRUTTARISMO SOSTENIBILE (anche F1 e F2) determina con l'introito inferiore a 1500 calorie giornaliere.

Infatti, occorre sempre ricordare che NEL FRUTTARISMO (variegato, media mondiale 44 calorie ogni etto) SE SI EVITA DI CONSUMARE ANCHE FRUTTA GRASSA OCCORRONO COME MINIMO 4,5 CHILI DI FRUTTA AL GIORNO PER OTTENERE LE SUDDETTE 2000 CALORIE

[con tutte le conseguenze salutistiche negative pre e postdette e con energie fisiche e mentali ENORMEMENTE INFERIORI al fruttarismo sostenibile (soprattutto dopo i primi mesi), persino continuamente CALANTI], mentre, DEL TUTTO AL CONTRARIO, NEL FRUTTARISMO SOSTENIBILE (pure F1e F2) [che comprende anche frutta grassa (avocado: 180 calorie l'etto; olive: 170 calorie l'etto; olio d'oliva denocciolato: 860 calorie l'etto) usata SOLO nelle quantità e tempi sostenibili predetti]

SONO ASSOLUTAMENTE SUFFICIENTI 1,5 CHILI DI FRUTTA AL GIORNO PER OTTENERE LE SUDDETTE 1500 CALORIE (in OTTIMA salute e con energie fisiche e mentali ENORMEMENTE SUPERIORI, più che OTTIMALI, e persino continuamente IN AUMENTO).

[Per il computo delle calorie, si ricorda che la frutta essiccata dolce, oltre ad essere fortemente acidificante, iperglicemica e tossica per il nostro organismo, va consumata assolutamente REIDRADATA (in acqua per alcune ore) per almeno attenuare leggermente l'effetto tossico generale, riportando la quantità di CALORIE per 100 grammi reidradati a valori circa uguali a quelli dello stesso frutto prima dell'essiccazione, cioè a valori calorici di MOLTISSIMO inferiori, fenomeno che avviene comunque, all'interno del nostro organismo a spese di una maggiore quantità di acqua o altri liquidi che l'organismo è costretto istintivamente ad ingerire proprio per effetto dell'introduzione di frutta essiccata dolce; di conseguenza, nel caso della frutta essiccata dolce, bisogna calcolare il peso del frutto reidradato, e circa la quantità calorica del frutto fresco].

Quindi, nel FRUTTARISMO, la semplice presenza della FRUTTA GRASSA (ovviamente consumata UNICAMENTE nelle modalità e tempi sostenibili predetti) CONSENTE di usare almeno

2 VOLTE MENO FRUTTA, pari ADDIRITTURA ad oltre 3 CHILI DI FRUTTA IN MENO AL GIORNO

[cioè PERSINO oltre 30 CHILI DI FRUTTA IN MENO OGNI 10 GIORNI, 90 CHILI DI FRUTTA IN MENO AL MESE, con il RISPARMIO di ADDIRITTURA circa il 70% anche dei relativi COSTI economici (e corrispondente LAVORO), oltre alla fatica relativa di acquisto e trasporto, o del relativo LAVORO autoproduttivo (e corrispondente proprietà TERRIERA necessaria da acquistare)], ma addirittura, esattamente al contrario rispetto alla sua assenza, la semplice presenza della FRUTTA GRASSA nel fruttarismo (sempre consumata UNICAMENTE nelle modalità e tempi sostenibili predetti) CONSENTE inoltre di ottenere:

- ENORMEMENTE PIU' ENERGIA FISICA E MENTALE;
- ENERGIA FISICA E MENTALE IN COSTANTE AUMENTO;
- SALUTE AL MASIMO LIVELLO POSSIBILE (relativamente alla fase fruttariana);
- il ripristino graduale di PESO e MASSA CORPOREA OTTIMALI;
- PESO CORPOREO risultante ASSOLUTAMENTE OTTIMALE E COSTANTE;
- una USURA MOLECOLARE e soprattutto una USURA PROTEICA DI MOLTISSIMO INFERIORE (TRE CHILI di "cibo" in meno AL GIORNO costituiscono un GIGANTESCO LAVORO FISIOLOGICO IN MENO AL GIORNO, che va ancora moltiplicato anche per 365 GIORNI all'anno)
- il totale BILANCIAMENTO PROTO-LIPO-GLICIDICO;
- il totale BILANCIAMENTO ACIDO-BASE;
- il totale APPORTO CALORICO già PERFETTAMENTE BILANCIATO a livello di tutti i principi nutritivi;

- la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA MASSIMA anche tramite i famosi SPAZZINI del SANGUE, cioè livelli sufficienti di grassi monoinsaturi, oltre alti livelli di POTASSIO e di ANTIOSSIDANTI che contrastano l'ossidazione in fase di disintossicazione aspecifica;

- la SOSTITUZIONE graduale di tutto l'INTOSSICATISSIMO TESSUTO ADIPOSO PRECEDENTE, sostituendo anche tutti i grassi tossici ASPECIFICI, con i grassi PULITI E PERFETTI della FRUTTA;

- L'Instaurarsi di nessuna patologia, E addirittura di ACCELARARE ENORMEMENTE TUTTA LA DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, consentendo finalmente la GUARIGIONE graduale da qualsiasi STATO PATOLOGICO pregresso (tramite l'INVERSIONE del processo di TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA che vedremo meglio nel paragrafo inerente l'EZIOPATOGENETICA MODERNA, nel capitolo relativo anche alla TERAPEUTICA MODERNA);

- ECC.

Importanza del consumo del frutto con tutta la BUCCIA (commestibile), che va lasciata TOTALMENTE INALTERATA
L'utilizzo di frutta almeno biologica, meglio se biodinamica, ci consente anche di MAI LAVARLA (nemmeno con solo acqua) e NEMMENO STROFINARLA (neppure con solo le mani), ognuna delle quali azioni, come abbiamo visto e vedremo meglio, oltre a far perdere, pure per semplice osmosi, innumerevoli sostanze preziosissime per la nostra salute, toglie la gran parte della fondamentale vitamina B12, che è presente SOLO ED ESCLUSIVAMENTE proprio sulla superficie ESTERNA della buccia (questo vale per ogni frutto a buccia commestibile, ma soprattutto della MELA, che, ha una buccia proprio biochimicamente specie-specifica per la specie umana).

Dal fruttarismo al fruttarismo crudista: usare la gradualità, ognuno con i suoi tempi; il fruttarismo (sostenibile) anche con frutto scottato (solo come eccezione) è anche salutisticamente sempre estremamente meglio anche del miglior vegan-crudismo non fruttariano (quindi di "verdure" crude o "semi" crudi) in quanto, proprio scientificamente, CIO' CHE UCCIDI TI UCCIDE

E' ovvio che l'obiettivo finale (in fase fruttariana) è il fruttarismo crudista, ma è anche ovvio che, in una società come questa, in cui si deve gradualmente uscire da tutte le droghe, da quelle "alimentari" a quelle del puro "stress" lavorativo, conviene iniziare il fruttarismo lasciandosi, ma solo come eccezione, mai più di due sere a settimana (mai di giorno, per evitare di bloccare la fondamentale disintossicazione diurna; la lunghezza della notte riesce a smaltire molto di più eventuali poche tossine), ad esempio il week-end con gli amici, la possibilità anche di usare alcuni tipi di frutta (ad esempio la frutta ortaggio, come pomodori, zucchine, peperoni, melanzane, zucca, ecc.) che sono, con le nostre papille gustative ancora intossicate, ottimi al gusto anche se scottati (la parola "cotto" si riferisce a "cibi" sottoposti al calore potente dai 10 minuti, come la pasta e diverse verdure, ai 45 o 60 ed oltre minuti, come rispettivamente il riso integrale o i legumi) per pochissimi minuti, anche 3 o 4 minuti.

La frutta, infatti, avendo una biologia già progettata dalla natura per il solo ed esclusivo utilizzo alimentare, ha, di conseguenza una struttura molecolare già perfettamente "morbida" per la masticazione umana, per cui la sottoposizione al calore, che è nata proprio per "ammorbidire" il "cibo" diverso da frutta immasticabile per la nostra specie, quando riguarda la frutta si chiama scottatura proprio perchè sono sufficienti, anche nelle poche eccezioni in cui si usano i frutti scottati, addirittura da pochi secondi a pochi minuti di calore (ad esempio, per la frutta ortaggio, come i pomodori alla piastra sono sufficienti alcuni secondi, per le melanzane alla piastra sono sufficienti circa 2 o 3 minuti; a vapore o forno un po' di più, ma solo perchè il calore è molto minore). -

Anche giunti al fruttarismo sostenibile 1, almeno nel primo periodo, da alcune settimane ad alcuni mesi (massimo 3 mesi), conviene usare, sempre come eccezione e nella frequenza massima settimanale e tempi giornalieri predetti, anche la frutta scottata, specialmente per evitare che, ancora poco abituati al cibo sempre crudo, si ricada nel cotto (quello vero, non scottato ma proprio cotto), come dalla verdura cotta, alle patate cotte, al riso cotto, alla pasta cotta, ai legumi cotti.

Quindi, anche nel fruttarismo sostenibile 1, l'utilizzo iniziale anche della frutta scottata è solo ed esclusivamente l'unico modo per riuscire, in questa società innaturale a diventare fruttariani, senza ricadere ogni tanto addirittura nel "cibo" diverso da frutta, e quasi sempre anche persino cotto, che sarebbe, invece, proprio la cosa peggiore in assoluto che possa accadere ad un fruttariano.

Infatti, occorre tenere sempre molto presente che, anche dal punto di vista salutistico, come spiegato meglio in altri punti di questo testo, è assolutamente sempre estremamente meglio una frutto appena scottato che anche la foglia di lattuga più cruda (o, ancora peggio, il seme più crudo), che invece contiene sempre le famose predette sostanze secondarie killer (sofisticamente e specificamente progettate dalla natura solo ed esclusivamente per cercare di ucciderci), e anche tutte le altre sostanze biochimiche assolutamente non adatte alla nostra specie (fruttivora e mai erbivora o granivora), che un frutto, anche addirittura molto cotto (ovviamente mai minimamente bruciato), mai arriverebbe a contenere. Siccome c'è la regola scientifica di base che CIO' CHE HAI UCCISO TI UCCIDE, semplicemente perchè la vita, anche intrinsecamente si

deve difendere per forza (è solo il suo mestiere di "vita", quello di cercare , persino assolutamente a tutti i costi, di mantenersi in vita), è sempre infinitamente meglio "cadere", come eccezione, in un frutto appena scottato (che comunque ha una ipercomplessa struttura molecolare fatta di miliardi di miliardi di molecole progettate solo ed esclusivamente per nutrire, e che quindi evitano assolutamente di "difendere", e che la scottatura modifica solo di un minimo), piuttosto che in un qualsiasi vero e proprio cadavere di foglia (o di altra verdura o, ancora peggio, di seme), che ha addirittura miliardi di molecole secondarie killer, sofisticatissimamente progettate solo ed esclusivamente per ucciderti.

E' un altro degli errori più grandi in assoluto che possa commettere un fruttariano.

Anche perchè, proprio per questo gravissimo errore, proprio la maggior parte dei fruttariani di tutto il mondo e' stato impossibile rimanerlo per tutta la vita, ma solo per periodi più o meno lunghi, ricadendo poi inevitabilmente sempre addirittura nella cosa peggiore in assoluto in cui possa ricadere un fruttariano: cadaveri (le cosiddette "verdure", o i cosiddetti "semi").

Il "trucco", invece, dell'utilizzo iniziale (come predetto, massimo i primi tre mesi), come eccezione, anche di frutta appena scottata, persino sempre infinitamente più squisita di qualsiasi verdura o seme, anche cotti, (vedere più avanti anche il menù fruttariano), è quindi esattamente l'unica cosa al mondo che può consentire ad un fruttariano proprio di evitare, anche nel modo più assoluto, di ricadere nell'infinitamente micidiale cadavere (vegetale).

Fruttarismo: GUSTO INFINITAMENTE SUPERIORE a tutti i precedenti modelli "alimentari".

RICETTARIO FRUTTARIANO (specie per i week-end con gli amici), ed il futuro dell'intera ristorazione mondiale: RISTORANTE FRUTTARIANO e ristorante fruttariano-crudista (solo frutta cruda) Una volta disintossicate le nostre papille gustative (specie dopo 3 o 4 mesi di fruttarismo) noteremo sempre meglio che il gusto della frutta è solo l'unico perfetto ed addirittura ad un livello di piacere persino infinitamente superiore a qualsiasi altro "cibo" esistente al mondo, in quanto come abbiamo già visto, è assolutamente l'unica parte di ecosistema progettata dalla natura per essere mangiata e quindi proprio per essere gustata.

Infatti, mentre qualsiasi altra cosa, per essere saporita necessita di condimento (ad esempio, insalata, patate, riso, pasta, legumi, prodotti animali, ecc.), la frutta è già perfetta così per essere mangiata e gustata al massimo livello (nessuno si sognerebbe mai di condire con olio e sale una mela, una pesca, ecc.).

Addirittura lo stesso condimento, che è proprio l'elemento che serve per rendere più saporiti e gustosi i "cibi", per eccellenza, è proprio solo ed esclusivamente la frutta stessa: ad esempio,

- il pomodoro (con cui si fanno anche passate, salse, ecc.) è un frutto;
- l'olio d'oliva (quello denocciolato, che vedremo più avanti) è (una parte di) un frutto;
- l'avocado (usato spesso anche come condimento) è un frutto;
- altri condimenti classici per eccellenza sono zucchine, peperoni, melanzane, zucca, ecc., che sono tutti frutti.

Quindi in sostanza è proprio grazie solo ed esclusivamente alla frutta che qualsiasi altro"cibo" al mondo può diventare veramente apprezzabile alla papilla gustativa di tipo fruttivoro, proprio di una specie fruttivora come quella umana.

Addirittura tra tutti i "cibi" al mondo, solo ed esclusivamente il termine "frutta" deriva da "frui", che vuol dire esattamente proprio "godere".

E' ovvio che, siccome la cottura, e, anche se in maniera minima, la scottatura, modificano negativamente le sostanze chimiche, entrambe modificano negativamente (specie a papilla gustativa disintossicata) anche il sapore, per cui anche per un frutto scottato (come zucchine, peperoni, melanzane, zucca, ecc.) può servire qualcosa di crudo che riporti un sapore più decente (come olio d'oliva, ma solo quello predetto, pomodoro, ecc.).

In fase fruttariana, come eccezione, ad esempio il sabato e la domenica anche con gli amici, ci si può divertire a preparare qualcosa di diverso, facente parte di un ricettario fruttariano, con cui, come abbiamo visto, si può, inoltre, tranquillamente aprire un vero e proprio ristorante fruttariano, o ancora meglio, un ristorante fruttariano-crudista, che sono gli unici ristoranti del futuro, persino di successo mondiale, l'unico futuro dell'intera ristorazione su scala planetaria (il termine stesso "ristorante" viene proprio da "ristorare", sia fisicamente che mentalmente, cosa che, ovviamente, come abbiamo visto anche fino a livello biochimico, solo ed esclusivamente la frutta può fare).

Bisogna, infatti, anche sempre tenere presente che, con le tante decine, e volendo centinaia, di frutti commestibili esistenti al mondo, esistono e possono esistere addirittura infinite ricette fruttariane (enormemente più numerose persino di quelle onnariane), sfruttando pure le combinazioni ed i contrasti di gusto potentissimo dei vari frutti tra loro, e per i quali l'unico

limite è la fantasia; esistono già una enormità di ricette stupende, ma la maggior parte di quelle possibili è persino ancora tutta da inventare o perfezionare.

Nel presente RICETTARIO FRUTTARIANO si riportano solo alcuni esempi (questi sono più di 300, senza contare le sottovarianti implicite) tra le INFINITE ricette fruttariane (fatte cioè di frutta, al 100%)

[alcune precisazioni:

- si ricorda che nel fruttarismo occorre mangiare: > la FRUTTA al NATURALE (cioè direttamente a morsi, senza ricette |a parte le piccole eccezioni quotidiane predette nell'impostazione giornaliera|) normalmente dal lunedì al giovedì o venerdì,

  > lasciandosi SOLO il fine settimana (sabato e domenica) per le RICETTE FRUTTARIANE (SOLO a cena);
  ESCLUSIVAMENTE questa ALTERNANZA CONTINUA tra
  > frutta al NATURALE durante la settimana
  > e RICETTE fruttariane il fine settimana (a cena)

consente sia la SALUTE OTTIMALE che la CAPACITA' di DURATA (anche psicologica) del fruttarismo stesso (soprattutto in questa società innaturale, anche per tutti i motivi espressi più avanti);

- nel presente ricettario, la frutta (con buccia commestibile) si intende sempre con la buccia, a meno che sia specificato diversamente;

- le ricette che contengono anche frutta acida o frutta essiccata dolce si possono consumare solamente fino al fruttarismo 1, ma solo come eccezione, massimo una volta a settimana;

- per olio (o olio d'oliva) s'intende sempre olio d'oliva extravergine DENOCCIOLATO; esiste anche in commercio, ed è ottenuto da olive denocciolate prima di essere spremute, proprio per evitare che nell'olio di oliva sia presente anche olio di semi di oliva, ovviamente estremamente tossico, come sempre avviene nell'olio d'oliva diverso da denocciolato; quest'ultimo, essendo quindi una spremuta di POLPA di oliva, può essere aggiunto a volontà su qualsiasi ricetta (poco dolce);

- come predetto, i frutti scottati (o ricette che li contengono) sono possibili, al limite, solo per chi sta iniziando la fase fruttariana, al massimo per i primi tre mesi (la scottatura è diversa dalla cottura perchè dura solo pochissimi minuti);

- il sale, di qualsiasi tipo, per la sua forte tossicità, va eliminato il prima possibile; per chi ha difficoltà a toglierlo funziona molto il metodo di aumentare inizialmente di tanto la quantità di olio d'oliva denocciolato, e se fosse poco, aggiungere qualche oliva già salata, intera, tagliata, o frullata;

- le ricette di frutta cruda sono buone a temperatura ambiente; per coloro che fossero ancora abituati ad un piatto caldo, anche la ricetta di frutta cruda si può riscaldare (fino a 50 gradi centigradi rimane biochimicamente cruda) semplicemente ponendo il piatto (con la ricetta chiusa da un altro piatto sovrastante) su un pentolino con un centimetro d'acqua che bolle per pochi minuti (oppure in un forno posto a 50 gradi);

- quando citeremo l'essiccazione, quella ideale è al sole (ponendo la cosa da essiccare direttamente su un prato, o, al limite, su un lenzuolo di cotone |lavato solo con acqua|), o, in mancanza di sole, con un essiccatore (intorno ai 45 gradi centigradi); se si usa un forno o qualsiasi altro strumento, basta mai superare i predetti 50 gradi (tra l'altro, anche se si mette un termometro al sole |abbastanza alto e almeno primaverile| si noterà che la temperatura oscilla proprio intorno ai 50 gradi); la cosa essiccata va posta subito dopo in un sacchetto impermeabile, per evitare che l'umidità dell'aria dapprima regredisca l'essiccazione e poi inneschi la marcescenza (l'essiccazione è anche il metodo migliore per deamarizzare la melanzana)

- spesso si usano nomi di ricette analoghe per una importante gradualità psicologica]:

-
-

ANTIPASTI FRUTTARIANI:

- INSALATA FRUTTARIANA (pomodorini, cetrioli, olive nere e verdi denocciolate, mela, uvetta, arancia);

- INSALATA GRECA FRUTTARIANA [pomodori, cetrioli, peperoni rossi (tagliati a fettine molto sottili, meglio se con la mandolina), olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva];

- INSALATA JULIENNE FRUTTARIANA [zucchina (con buccia) alla julienne, pomodorini, peperone rosso (a fettine sottili), olive nere e verdi denocciolate, molto avocado morbido e molto olio d'oliva];

- PEPERONATA FRUTTARIANA [peperoni rossi abbondanti (tagliati a fettine molto sottili, meglio se con la mandolina), pomodorini, olive verdi saporite denocciolate, avocado, olio d'oliva];

- INSALATE FRUTTARIANE VARIE
  [> pomodori, avocado e olio d'oliva;
  > pomodori, olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva;
  > pomodori, cetrioli, avocado, e olio d'oliva;
  > pomodori, cetrioli, olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva;
  > pomodori, cetrioli, avocado, olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva;
  > pomodori, peperone rosso (a fettine sottili), avocado e olio d'oliva;
  > pomodori, peperone rosso (a fettine sottili), olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva;

  > pomodori, peperone rosso (a fettine sottili), avocado, olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva;

  > zucchina (con buccia) alla julienne, peperone rosso (a fettine sottili), avocado morbido e olio d'oliva;

  > zucchina (con buccia) alla julienne, peperone rosso (a fettine sottili), olive nere e verdi denocciolate e olio d'oliva;

  > zucchina (con buccia) alla julienne, peperone rosso (a fettine sottili), molto patè di olive nere e verdi e olio d'oliva;

  > zucchina (con buccia) alla julienne, peperone rosso (a fettine sottili), olive nere e verdi denocciolate, molto avocado morbido e molto olio d'oliva;

  > ecc.]

- fruit salad (mele, arancia, uvetta e olive nere);

- antipasto fruttariano tropical (mango, papaia, banana, ananas, ecc.);

- CROSTINI FRUTTARIANI [fette (tagliate per lungo) di peperone rosso crudo, con spalmato sopra il PATE' di AVOCADO (salsa frullata di: avocado, olive nere e verdi, pomodorini, e pomodori secchi)];

- tartine fruttariane [fettine tonde di pomodoro ognuna con sovrapposta una rondella di cetriolo (con buccia) con sopra un po' di patè di olive nere e verdi];

- peperoni a filetti [peperone rosso tagliato a filettini sottili (anche con "pelapatate") con patè di olive verdi e olio d'oliva];
- olive ripiene [olive (rosse, nere e verdi) denocciolate e riempite di un pezzetto di peperone rosso o di pomodoro secco (le olive nere anche con un pezzetto di zucca |sbucciata|)];

- ecc.

PRIMI FRUTTARIANI:

- SPAGHETTI FRUTTARIANI [zucchine (con buccia) tagliate a spaghetti (ci sono strumenti appositi, ad esempio lo spiralix oppure lo spiromat, che possono fare diversi tipi di pasta fruttariana)
Come CONDIMENTO, ad esempio:

> pezzetti di pomodorini, di olive nere e verdi, e olio d'oliva;

> SUGO alle OLIVE FRUTTARIANO (salsa frullata di: pomodorini, olive nere e verdi) e olio d'oliva;

> BESCIAMEL FRUTTARIANA (salsa frullata di: olive verdi chiare dolci, pomodorini, poco avocado e abbondante olio d'oliva);

> frullato di pomodorini, pezzi di pomodorini, olive nere e verdi denocciolate (a metà) e olio d'oliva;

> SUGO FRUTTARIANO(salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva);

> sugo all'avocado (salsa frullata di: pomodorini, poco avocado e olio d'oliva);

> SALSA di AVOCADO delicata (salsa frullata di: molti pomodorini, olive nere e verdi, pomodori secchi, poco avocado e abbondante olio d'oliva);

> PATE' di OLIVE misto (salsa frullata di: olive nere e verdi e olio d'oliva);

> SALSA di OLIVE mista (salsa frullata di: olive nere e verdi, poco avocado e olio d'oliva);

> PATE' di POMODORI e OLIVE delicato (salsa frullata di: pomodori secchi, olive verdi, pochi pomodorini e olio d'oliva);

> sugo ai peperoni (scottati) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di peperoni a pezzetti scottati];

> SUGO ALLE MELANZANE (crude) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di melanzane a filetti (la postdetta ricetta cruda sott'olio)];

> sugo alle melanzane (scottate) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di melanzane (con buccia) a pezzetti (deamarizzate col predetto metodo del sale) scottate];

> sugo alla zucca (scottata)[salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di zucca (con buccia) a pezzetti scottata];

> pesto di zucca fruttariano (salsa frullata di: zucca, pomodori secchi, olive nere, postdetto parmigiano fruttariano e abbondante olio d'oliva);

> un altro (o altri) dei postdetti condimenti fruttariani;

> ecc.;

in cima a tutto si può aggiungere:

PARMIGIANO FRUTTARIANO(fettine sottili di melanzana |nera e larga, con buccia| essiccate 4 ore e poi frullate),

RAGU' FRUTTARIANO
[pezzettini di melanzane a filetti (la postdetta ricetta cruda sott'olio)],

PEPERONCINO DOLCE
(alette di peperone rosso essiccate circa 14 ore e poi frullate),

PEPERONCINO SAPORITO
(alette di peperone rosso bagnate totalmente di olio d'oliva denocciolato grezzo, essiccate circa 15 ore e poi frullate),

ecc.];



Spaghetti fruttariani
con pezzetti di pomodorini, di olive nere e verdi, e olio d'oliva



Spaghetti fruttariani con sugo alle olive



Forchettata di spaghetti fruttariani con sugo alle olive

- SPAGHETTI alla CARBONARA FRUTTARIANI [spaghetti (predetti) di zucchina, e come condimento, una salsa frullata di: zucca (50%), avocado (20%), pomodori secchi (10%) e olio d'oliva (20%); aggiunta di un po' di PANCETTA FRUTTARIANA (pezzettini di pomodori secchi)];



Spaghetti alla carbonara fruttariani

- SPAGHETTI al PESTO FRUTTARIANI [spaghetti (predetti) di zucchina, e come condimento, una salsa frullata di: zucchina (con buccia)(50%), pomodori secchi (10%), olive verdi (10%), predetto parmigiano fruttariano (10%) e olio d'oliva (20%)];



Spaghetti al pesto fruttariani

- FETTUCCINE FRUTTARIANE [zucchine (con buccia) tagliate a fettuccine (anche col "pelapatate" e poi ritagliate per lungo da sovrapposte) e condite come i predetti spaghetti];

- tonnarelli al sugo fruttariani [zucchine (con buccia) tagliate a tonnarelli (sempre con spiromat o analoghi), con salsa frullata di: pomodorini, poche olive, poco avocado e olio d'oliva];

- spaghettini fruttariani [zucchine (con buccia) tagliate a spaghettini con lo strumento apposito (a manico o a mandolina) e conditi come i predetti spaghetti];

- LASAGNA FRUTTARIANA [è costituita di 4 sfoglie di zucchine alternate con 4 diversi strati di salsa frullata sovrastante; (ogni sfoglia di zucchine |con buccia| si ottiene tagliandole per lungo a sfogliette sottili rettangolari | con mandolina o, al limite, "pelapatate"| e accostandole una a fianco all'altra, col bordo accavallato, fino alla larghezza totale della teglia) partendo dal basso,

1) sopra la prima sfoglia di zucchine, va versato uno strato (circa un centimetro) di salsa frullata di: avocado (60%), olive nere e verdi (30%), pomodorini (5%) e pomodori secchi (5%);

2) dopo posta la seconda sfoglia di zucchine, va versato uno strato (circa mezzo centimetro) di frullato di pomodorini;

3) dopo la terza sfoglia di zucchine, va versato uno strato (circa mezzo centimetro) di una salsa frullata di: pomodori secchi (30%) ed olive verdi (70%);

4) dopo la quarta sfoglia di zucchine, si versa una copertura (circa mezzo centimetro) di frullato di pomodorini, con aggiunta finale di un po' di predetti parmigiano fruttariano o ragù fruttariano (o entrambi); (la lasagna fruttariana è

uno dei piatti più gustosi sull'intero pianeta)];



Lasagna fruttariana



Lasagna fruttariana



Teglia di lasagne fruttariane


Trancio di lasagna fruttariana



Boccone di lasagna fruttariana

- LASAGNA alla CARBONARA FRUTTARIANA [è costituita di 4 sfoglie di zucchine (predette) alternate con 4 diversi strati di salsa frullata sovrastante; partendo dal basso,

1) sopra la prima sfoglia di zucchine, va versato uno strato (circa un centimetro) di salsa frullata di zucca (50%), avocado (20%), pomodori secchi (10%) e olio d'oliva (20%), aggiungendo alla fine un po' di pomodori secchi a pezzettini molto piccoli (la pancetta fruttariana);

2) dopo posta la seconda sfoglia di zucchine, va versato uno strato (circa mezzo centimetro) di frullato di pomodorini;

3) dopo la terza sfoglia di zucchine, va versato uno strato (circa mezzo centimetro) di una salsa frullata di zucca e olive nere;

4) dopo la quarta sfoglia di zucchine, si pone una copertura omogenea di fette tonde di pomodoro, aggiungendo alla fine un po' di pomodori secchi a pezzettini molto piccoli, con aggiunta ulteriore finale di un po' di predetto parmigiano fruttariano e olio d'oliva];

- SPAGHETTI di CETRIOLO [cetrioli (con buccia) tagliati a spaghetti (sempre con spiromat o analoghi) e conditi come gli spaghetti di zucchina];

- fettuccine di cetriolo [cetrioli (con buccia) tagliati a fettuccine (anche col "pelapatate" e poi ritagliate per lungo da sovrapposte), e condite come i predetti spaghetti];
- SPAGHETTINI di CETRIOLO [cetrioli (con buccia) tagliati a spaghettini con lo strumento apposito (a manico o a mandolina) e conditi come i predetti spaghetti];

- lasagne di cetriolo (stesse ricette delle predette lasagne, con il cetriolo al posto della zucchina);

- SPAGHETTI di ZUCCA [zucca cilindrica (sbucciata), tagliata a spaghetti con spiromat o simili, condita, ad esempio, con:

  > salsa frullata di: poco pomodoro e olive nere (non amare); aggiunta finale di olio d'oliva;

  > qualsiasi altro condimento descritto per le fettuccine di zucca;

  > ecc.];

- FETTUCCINE di ZUCCA [zucca (sbucciata) tagliata a fettuccine col "pelapatate", condita, ad esempio, con:
  > olio d'oliva abbondante;
  > olive nere denocciolate (a metà) e olio d'oliva;
  > pochi pezzetti di pomodoro, olive nere denocciolate e olio d'oliva;
  > patè di olive nere e olio d'oliva;
  > salsa frullata di: poco pomodoro, olive nere (non amare) e olio d'oliva;
  > ecc.];

- SPAGHETTINI di ZUCCA [zucca (sbucciata) tagliata a spaghettini con lo strumento apposito (a manico o a mandolina) e conditi come gli spaghetti di zucca];

- RISO FRUTTARIANO [zucchina (con buccia) alla julienne, condita con salsa frullata di pomodorini, olive nere e verdi e olio d'oliva (o con qualsiasi altro condimento descritto per gli spaghetti fruttariani)];

- RISOTTO di ZUCCA [zucca (con buccia) alla julienne (facoltativa un'aggiunta di un 20% di zucchina spinosa detta frutto dell'albero del pane |o di cetriolo| alla julienne), condita come le fettuccine di zucca (ma con olio abbondante e grezzo)];

- POMODORI col RISO (con patate) FRUTTARIANI [pomodori grandi svuotati e riempiti di zucchina |con buccia| (o zucca |con buccia|) alla julienne (o entrambe), patè di olive nere e verdi (solo nere se si usa la zucca), poco pomodoro secco frullato e olio d'oliva; accanto le PATATE FRUTTARIANE (pezzi di parte interna morbida di cetriolo) condite con i pezzetti della parte di pomodoro svuotato e olio d'oliva];

- PANSANELLA (sgretolata) FRUTTARIANA [fette sottili di melanzana (nera e larga, con buccia) essiccate 4 ore e poi frullate grossolanamente, condite con pomodorini a pezzetti (tagliati in modo che parte del loro succo cada sui predetti pezzettini di melanzana) e abbondante olio d'oliva; (ricetta molto buona)];

- PANE FRUTTARIANO (bianco fino) [fette sottili (ottenute con mandolina, circa un millimetro) di melanzana (sbucciata) essiccate per quattro ore];

- PANE FRUTTARIANO (bianco) [frullato di melanzane (nere e larghe, sbucciate) essiccato circa 12 ore (strato iniziale di un centimetro abbondante, con carta da forno per evitare la scolatura)];
- PANE FRUTTARIANO (integrale) [frullato di melanzane (nere e larghe, con buccia) essiccato circa 12 ore(strato iniziale di un centimetro abbondante, con carta da forno per evitare la scolatura)];

  Pane fruttariano (integrale)

- PIZZETTE FRUTTARIANE (a base bianca) [fette tagliate il più sottile possibile ottenibile col coltello (circa due millimetri) di melanzana (sbucciata) e più larghe possibile, poi bagnate totalmente di olio d'oliva denocciolato grezzo ed essiccate per sei ore, CONDITE con pomodorini a pezzi (tagliandoli direttamente sulla melanzana essiccata in modo che scoli parte del loro succo su di essa) e olio d'oliva];

- PIZZA FRUTTARIANA (a base bianca o integrale) [impasto frullato di: melanzane (nere e larghe, sbucciate | bianca| o con buccia |integrale|) e un 5% d'olio d'oliva, essiccato circa 13 ore (strato iniziale di un centimetro abbondante, con carta da forno per evitare la scolatura), e coperto del CONDIMENTO, ad esempio

  > PIZZA BIANCA FRUTTARIANA (olio d'oliva abbondante);

> pomodorini tagliati a metà e olio d'oliva;
> pomodorini e olive verdi denocciolate, tagliati a metà e olio d'oliva;

> PIZZA ROSSA FRUTTARIANA (salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva);
> salsa frullata di: pomodorini, olive verdi e olio d'oliva;

> PIZZA AL PATE' DI OLIVE FRUTTARIANA (strato di frullato di pomodorini, con sopra: pezzetti di pomodorino, patè di olive verdi abbondante e olio d'oliva);
> PIZZA ALLE VERDURE FRUTTARIANA (salsa frullata di: zucchina |con buccia| e olio d'oliva abbondante);

> salsa frullata di: avocado, olive verdi, pomodorini, pomodoro secco e olio d'oliva;

> PIZZA CAPRESE FRUTTARIANA (fettine di pomodoro alternate e accavallate con fettine di cetriolo, con sopra un po' di patè d'olive verdi e olio d'oliva);

> PIZZA ALLA MAIONESE FRUTTARIANA (postdetta maionese fruttariana abbondante, coperta di pomodorini e olive verdi, tagliati a metà, e olio d'oliva);

> PIZZA COL PROSCIUTTO FRUTTARIANA (poca postdetta maionese fruttariana spalmata, sopra pezzi di postdetto prosciutto fruttariano, sovrastati da pomodorini tagliati a metà e abbondante olio d'oliva);

> combinazione a piacere di frutta grassa e frutta ortaggio (anche frullate con olio, o con aggiunta d'olio, o di qualche postdetto sugo, patè, salsa, o crema fruttariana, ecc.);

> uno (o più) dei postdetti condimenti fruttariani

- ecc.];



PIZZA FRUTTARIANA (a base integrale) con pomodorini e olive verdi denocciolate, tagliati a metà e olio d'oliva

- FOCACCIA FRUTTARIANA [impasto frullato di: melanzane (nere e larghe, sbucciate |bianca| o con buccia |integrale|) (30%), pomodorini (30%), olive verdi (30%), olio d'oliva (10%), essiccato circa 14 ore (strato iniziale di un centimetro abbondante, con cartada forno per evitare la scolatura); aggiunta finale soprastante di alcune olive verdi denocciolate tagliate a metà];

- PANINO FRUTTARIANO [due fette di predetto pane fruttariano (bianco o integrale) con interposto il CONDIMENTO, ad esempio:

  > fette spesse di pomodoro e olio d'oliva;

  > PANINO AL POMODORO E OLIVE
  (pomodorini e olive nere e verdi, tagliati a metà e olio d'oliva);

  > PANINO AL PATE' DI OLIVE
  (pomodorini tagliati a metà, patè di olive abbondante |sopra e sotto| e olio d'oliva);

  > PANINO ALLE VERDURE FRUTTARIANO
  (abbondante salsa frullata |minimamente grossolana| di: zucchina |con buccia| e olio d'oliva);

  > PANINO ALLA CAPRESE FRUTTARIANO
  (fettine di pomodoro alternate e accavallate con fettine di cetriolo, con sopra un po' di patè d'olive verdi e olio d'oliva);

  > PANINO ALLA MAIONESE FRUTTARIANO
  (pomodorini e olive nere e verdi, tagliati a metà, e postdetta maionese fruttariana abbondante |sopra e sotto|);

  > PANINO COL PROSCIUTTO FRUTTARIANO
  (postdetto prosciutto fruttariano, con sopra pomodorini tagliati a metà, poca postdetta maionese fruttariana |sopra e sotto| e abbondante olio d'oliva);

  > combinazione a piacere di frutta grassa e frutta ortaggio (anche frullate con olio, o con aggiunta d'olio, o di qualche postdetto sugo, patè, salsa, o crema fruttariana, ecc.);

  > uno (o più) dei postdetti condimenti fruttariani;

  > ecc.];

- MAC FRUIT [due fette di predetto pane fruttariano bianco con interposto: il postdetto HAMBURGER FRUTTARIANO, con sopra qualche fetta di pomodoro e cetriolo, e un po' di postdetti MAIONESE FRUTTARIANA e KETCHUP FRUTTARIANO];

- PANINO FRUTTARIANO ROSSO [una fetta di peperone rosso (tagliato per lungo a "barchetta"), infarcito con una fetta per lungo di avocado e olive verdi denocciolate in tutti gli spazi rimanenti, e questa infarcitura coperta a sua volta da due alette di pomodoro secco separate, messe di traverso ed ognuna con i due margini rimboccati nel peperone stesso (facoltativa, un'ultima fettina di peperone rosso sopra quasi a chiudere)];

- castagnaccio fruttariano [impasto frullato di: melanzane (nere lunghe e strette, con buccia) e un 15% d'olio d'oliva, essiccato circa 14 ore (strato iniziale di un centimetro abbondante, con carta da forno per evitare la scolatura)];

- pasticcio di cipolla fruttariano [impasto frullato di: melanzane (viola tonde, con buccia) e un 15% d'olio d'oliva, essiccato circa 10 ore (strato iniziale di un centimetro abbondante, con carta da forno per evitare la scolatura)];

- zuppa di avocado (zuppa frullata di: avocado e olio d'oliva; aggiunta di pezzetti di zucchine essiccate e mele essiccate);

- guacamole fruttariano (zuppa frullata di: avocado, olive verdi, pomodori secchi, pomodorini e olio d'oliva);

- red soup [minestra frullata di: pomodori, cetrioli (con buccia), peperoni, olive verdi e olio d'oliva (eventuale aggiunta di postdetti parmigiano fruttariano o peperoncino |dolce o saporito|)];

- minestra di pomodoro [minestra frullata di: pomodorini, poco avocado, poche olive verdi e olio d'oliva (eventuale aggiunta di postdetti parmigiano fruttariano o peperoncino |dolce o saporito|)];

- minestra di zucchine [minestra frullata di: zucchine (con buccia) e abbondante olio d'oliva; aggiunta finale di pezzetti di pomodorini (con eventuali postdetti parmigiano fruttariano o peperoncino |dolce o saporito|)];

- minestra di zucca [minestra frullata di: zucca (con buccia), poco avocado, poche olive nere, pochissimo pomodoro e abbondante olio d'oliva (eventuale aggiunta di postdetti parmigiano fruttariano o peperoncino |dolce o saporito|)];

- minestrone fruttariano [minestra fruttariana, ad esempio una delle suddette, con aggiunta di pezzettini di frutta grassa o frutta ortaggio a piacere (con eventuali postdetti parmigiano fruttariano o peperoncino |dolce o saporito|)];

- ecc.

SECONDI FRUTTARIANI:

- PARMIGIANA FRUTTARIANA (cruda) [quattro fette sottilissime (tagliate con mandolina) di melanzana (viola tonda grande, sbucciata), alternate con 4 strati sovrastanti di pezzetti di pomodorini e di olive verdi, predetto parmigiano fruttariano e olio d'oliva abbondante (oppure di salsa frullata degli stessi ingredienti, con ultimo strato di salsa strabordante); il tutto essiccato per circa 6 ore];



Parmigiana fruttariana (cruda)

- parmigiana fruttariana (scottata) [quattro strati di fette sottili di melanzana (nera lunga, sbucciata; fettine deamarizzate col metodo del sale |cioè poste sotto sale in uno scolapasta per un paio d'ore, per far uscire l'acqua

amara, poi sciacquate e strizzate bene|, avvolte con abbondante predetto parmigiano fruttariano |frullato molto fino| e olio, poi scottate in olio d'oliva denocciolato) alternati con abbondante salsa frullata sovrastante di: pomodorini, olive verdi, parmigiano fruttariano e olio d'oliva abbondante;

(la parmigiana, quella originale, in realtà, è già fruttariana in quanto la parola "parmigiana" deriva da "parmesana" che in siciliano |specialmente antico| significa "persiana" |della finestra| in quanto i suoi strati ricordano i legni sovrapposti delle persiane delle finestre), invece che da parmigiano];

- CAPONATA FRUTTARIANA [zucchine (a rondelle spesse), peperoni (tagliati con lo stesso spessore delle predette rondelle) e melanzane (deamarizzate col predetto metodo del sale, poi tagliate a pezzettini molto piccoli) mischiate tra loro con un po' di olio d'oliva, scottate in padella o al forno, con aggiunta finale di olio d'oliva];

- BISTECCA FRUTTARIANA [melanzana (nera e larga, con la buccia) frullata con un 15% d'olio d'oliva ed essiccata (strato iniziale di un centimetro e mezzo) per circa 15 ore, tagliata a forma di bistecca];

- fette di carne fruttariana [trance di melanzana, alte circa un centimetro (deamarizzate col postdetto metodo del sale), ben impregnate di olio d'oliva e scottate alla piastra (con un altro po' di olio d'oliva a crudo)];

- HAMBURGER FRUTTARIANO [melanzana (nera e larga, con la buccia) frullata con un 15% d'olio d'oliva ed essiccata (strato iniziale di un centimetro abbondante) per circa 14 ore, tagliata a forma d'hamburger];

-



Hamburger fruttariano

- polpette al sugo fruttariane [melanzana (nera e larga, con la buccia) frullata con un 15% d'olio d'oliva ed essiccata (strato iniziale di un centimetro abbondante) per circa 14 ore, plasmata a forma di polpette, coperte di sugo fruttariano (salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva)];

- ARROSTO al sugo FRUTTARIANO [fette sottili di melanzane scottate alla piastra, spalmate sopra con una salsa frullata di: olive verdi, pomodori secchi, e olio d'oliva, poi arrotolate, e coperte di sugo fruttariano (salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva)];

- PROSCIUTTO FRUTTARIANO [fette di peperone rosso, essiccate (con buccia verso l'alto e ben aperte) per circa 16 ore, poi a bagno d'acqua per 30 minuti];



Prosciutto fruttariano

- INVOLTINI DI PROSCIUTTO FRUTTARIANI (fettine di predetto prosciutto fruttariano arrotolate attorno un po’ di zucca alla julienne con olio d'oliva);

- INVOLTINI al sugo FRUTTARIANI [fettine di zucchine larghe tagliate per lungo (anche col "pelapatate"), spalmate sopra col patè di pomodori e olive (salsa frullata di: pomodori secchi, olive verdi e olio d'oliva), poi arrotolate, e coperte di sugo fruttariano (salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva)];

- spiedini fruttariani (crudi) (con mezzi pomodorini, rondelle di cetriolo, olive nere e verdi denocciolate e pezzetti di mela);

- spiedini fruttariani (scottati) [con pezzetti alternati di zucchine, peperoni, melanzane (deamarizzate col predetto metodo del sale) e zucca, scottati alla piastra e olio d'oliva];

- PESCE FRUTTARIANO [trance di zucca (alte circa un centimetro), ben impregnate di olio d'oliva e scottate alla piastra (con un altro po' di olio d'oliva a crudo)];

- SUSCHI FRUTTARIANO [fetta di peperone rosso semiessiccato (8 ore), su un cui bordo corto si pongono sovrapposti un po' di zucca alla julienne, mezzo pomodorino con mezza oliva nera e mezza verde, un'aletta di pomodoro secco, una fetta di avocado e olio d'oliva, poi arrotolando strettamente il tutto con la fetta stessa di peperone; (ricetta squisita)];

- frittata fruttariana [impasto frullato di: zucca, avocado, predetto parmigiano fruttariano (già frullato molto fino) e abbondante olio d'oliva; (facoltativa aggiunta finale nell'impasto ottenuto di poche rondelle sottili di zucchina e olio d'oliva) il tutto scottato in padella];

- FORMAGGIO FRUTTARIANO [pasta frullata, poi essiccata circa 12 ore, di: 25% melanzana (con buccia), 25% zucchina (con buccia), 13% avocado, 13% olive nere e verdi, 13% pomodori secchi e postdetto peperoncino dolce, e 11% di olio d'oliva];

- misto fruttariano grasso (-proteico) (fettine di avocado con sopra olive denocciolate rosse, nere e verdi tagliate a metà);

- ecc.

CONDIMENTI FRUTTARIANI:

- SUGO FRUTTARIANO (salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva);

- SUGO alle OLIVE FRUTTARIANO (salsa frullata di: pomodorini, olive nere e verdi);

- SUGO ALL'AVOCADO (salsa frullata di: pomodorini, poco avocado e olio d'oliva);

- sugo alle zucchine (scottate) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di zucchine (con buccia) a pezzetti scottate];

- sugo ai peperoni (scottati) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di peperoni a pezzetti scottati];

- SUGO ALLE MELANZANE (crude) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di melanzane a filetti (la postdetta ricetta cruda sott'olio)];

- sugo alle melanzane (scottate) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di melanzane (con buccia) a pezzetti (deamarizzate col predetto metodo del sale) scottate];

- sugo alla zucca (scottata) [salsa frullata di: pomodorini e olio d'oliva; aggiunta di zucca (con buccia) a pezzetti scottata];

- PATE' di OLIVE (rosse, nere o verdi) (salsa frullata di: olive e olio d'oliva);

- SALSA di OLIVE (rosse, nere o verdi) (salsa frullata di: olive, poco avocado e olio d'oliva);
- PATE' di POMODORI e OLIVE (salsa frullata di: pomodori secchi, olive verdi e olio d'oliva);

- PATE' di AVOCADO (salsa frullata di: avocado, olive nere e verdi, pomodorini, e pomodori secchi);

- SALSA di AVOCADO (salsa frullata di: avocado, olive nere e verdi, pomodorini, pomodori secchi e abbondante olio d'oliva);
- PESTO FRUTTARIANO [salsa frullata di: zucchina (con buccia)(50%), pomodori secchi (10%), olive verdi (10%), postdetto parmigiano fruttariano (10%) e olio d'oliva (20%)];
- pesto di zucca fruttariano (salsa frullata di: zucca, pomodori secchi, olive nere, postdetto parmigiano fruttariano e abbondante olio d'oliva);
- BESCIAMEL FRUTTARIANA (salsa frullata di: olive verdi chiare dolci, pomodorini, poco avocado e abbondante olio d'oliva);
- SALSA CARBONARA FRUTTARIANA [salsa frullata di: zucca (50%), avocado (20%), pomodori secchi (10%) e olio d'oliva (20%); aggiunta di un po' di postdetta pancetta fruttariana];
- MAIONESE FRUTTARIANA [salsa frullata di: 1avocado, 4 pomodorini e 50 grammi di olio d'oliva];
- KETCHUP FRUTTARIANO (salsa frullata di: 70% pomodorini, 15% pomodoro essiccato e 15% di uva essiccata);
- PARMIGIANO (grattugiato) FRUTTARIANO [fettine sottili di melanzana (nera e larga, con buccia) essiccate 4 ore e poi frullate];
- PECORINO (grattugiato) FRUTTARIANO [fettine sottili di zucchina (con buccia) essiccate 4 ore e poi frullate];
- RAGU' FRUTTARIANO [pezzettini di melanzane a filetti (la postdetta ricetta cruda sott'olio)];
- PANCETTA FRUTTARIANA (pezzettini di pomodori secchi);
- PEPERONCINO DOLCE (strisce di peperone rosso essiccate circa 16 ore e poi frullate);
- PEPERONCINO SAPORITO (strisce di peperone rosso impregnate totalmente di olio d'oliva denocciolato grezzo, essiccate circa 18 ore e poi frullate);
- patè di pomodori (salsa frullata di: pomodori secchi, pomodorini e olio d'oliva);
- crema di pomodori [salsa frullata di: pomodorini, poco avocado e olive (nere e verdi), e olio d'oliva];
- patè di cetrioli [salsa frullata di: cetrioli (con buccia) e olio d'oliva];
- crema di cetrioli [salsa frullata di: cetrioli (con buccia), poco avocado e olive (nere e verdi), e olio d'oliva];
- patè di zucchine [salsa frullata di: zucchine (con buccia) e olio d'oliva];
- crema di zucchine [salsa frullata di: zucchine (con buccia), poco avocado e olive (nere e verdi), e olio d'oliva];
- patè di peperoni (salsa frullata di: peperoni e olio d'oliva);
- crema di peperoni [salsa frullata di: peperoni, poco avocado e olive (nere e verdi), e olio d'oliva];
- patè di melanzane [salsa frullata di: melanzane a filetti (la postdetta ricetta cruda sott'olio) e olio d'oliva];
- crema di melanzane [salsa frullata di: suddette melanzane a filetti, poco avocado e olive verdi, e olio d'oliva];

- patè di zucca [salsa frullata di: zucca (con buccia) e abbondante olio d'oliva];

- crema di zucca [salsa frullata di: zucca (con buccia), poco avocado e olive nere, e abbondante olio d'oliva];

- ecc.

CONTORNI FRUTTARIANI:

- PATATINE FRITTE FRUTTARIANE (a sfoglia) [zucchine (con la buccia) tagliate per obliquo a rondelle molto sottili (con la mandolina), poi impregnate totalmente di olio d'oliva denocciolato grezzo ed essiccate per quattro ore; (mai fritte, ma sono addirittura frutta CRUDA); (si può aggiungere un po' di predetta MAIONESE FRUTTARIANA e KETCHUP FRUTTARIANO)];

- PATATINE FRITTE FRUTTARIANE (strette e lunghe) [zucchine sbucciate e tagliate col tagliapatate (che da la forma stretta e lunga, a base quadrata), poi impregnate totalmente di olio d'oliva denocciolato grezzo ed essiccate per sei ore; (mai fritte, ma sono addirittura frutta CRUDA); (si può aggiungere un po' di predetta MAIONESE FRUTTARIANA e KETCHUP FRUTTARIANO)];



Patatine fritte fruttariane (strette e lunghe)



Patatine fritte fruttariane (strette e lunghe) con ketchup fruttariano

- patate fruttariane (pezzi di parte interna morbida di cetriolo, impregnati totalmente di olio d'oliva);

- POMODORI CONDITI (o al pinzimonio) (tagliati a pezzi, con olio d'oliva);

- POMODORI al PATE' [tagliati a pezzi, con patè di olive (o altra predetta salsa)];

- pomodori scottati [tagliati a fette alte circa un centimetro e scottati a vapore (o al forno, o alla piastra o griglia) con aggiunta finale di olio d'oliva];

- CETRIOLI CONDITI (o al pinzimonio) [tagliati a pezzi (o a fettine), con olio d'oliva];

- CETRIOLI al PATE' [tagliati a pezzi (o a fettine), con patè di olive (o altra predetta salsa)];

- ZUCCHINE CONDITE (o al pinzimonio) [tagliate a fettine sottili (rondelle o strisce lunghe con mandolina), con olio d'oliva];
- ZUCCHINE al PATE' [tagliate a fettine sottili (rondelle o strisce lunghe con mandolina), con patè di olive (o altra predetta salsa)];

- zucchine scottate [a rondelle (o fette lunghe) spesse, scottate a vapore (o al forno, o alla piastra o griglia) con aggiunta finale di olio d'oliva];

- PEPERONI CONDITI (o al pinzimonio) [tagliati a fette strette per lungo, con olio d'oliva];

- PEPERONI al PATE' [tagliati a fette strette per lungo, con patè di olive (o altra predetta salsa)];

- peperoni essiccati croccanti (alette di peperone bagnate totalmente di olio d'oliva denocciolato grezzo ed essiccate per circa 15 ore);

- peperoni scottati [tagliati a fette larghe, scottate a vapore (o al forno, o alla piastra o griglia) con aggiunta finale di olio d'oliva];

- peperoni sott'olio [scottati (girandoli gradualmente) fino annerimento su fiamma con retina, poi, tolta la parte nera, tagliati a fette larghe e messe sott'olio d'oliva];

- MELANZANE A FILETTI (sott'olio) [sbucciate, tagliate a fette (spessore mezzo centimetro scarso) e, una volta sovrapposte, ritagliate a striscette (circa mezzo centimetro) parallele; i filetti ottenuti vanno posti sotto sale (in uno scolapasta) per un paio d'ore(per far uscire l'acqua amara), poi sciacquati e strizzati bene, ed infine messi sott'olio d'oliva];

- melanzane scottate [fette di melanzana (deamarizzate col predetto metodo del sale) scottate a vapore (o al forno, o alla piastra o griglia) con aggiunta finale di olio d'oliva];

- ZUCCA CONDITA (o al pinzimonio) (tagliata a fettine, con olio d'oliva);

- ZUCCA al PATE' [tagliata a fettine, con olio e patè di olive nere (o altra predetta salsa)];

- MISTO ALLA ZUCCA [zucca a cubetti piccoli, olive nere denocciolate (tagliate a metà), pochi pezzetti molto piccoli di avocado e abbondante olio d'oliva (meglio grezzo)];

- zucca scottata [tagliata a cubetti o fette, scottata (nella sua stessa acqua) in una pentola senz'acqua e chiusa, con un filo d'olio d'oliva sul fondo (o a vapore, o al forno, o alla piastra o griglia) con aggiunta finale di olio d'oliva];

- MISTO di zucchine, peperoni e melanzane (tagliate e preparate come sopra, separate o unite nel piatto);

- zucchina col pomodoro scottata [zucchina a metà per lungo, con la buccia in basso e sopra una fettina di pomodoro, scottate al forno, con aggiunta finale di olio d'oliva];

- peperone col pomodoro scottato [peperone a metà per lungo, con la buccia in basso e sopra una fettina di pomodoro, scottati al forno, con aggiunta finale di olio d'oliva];

- melanzana col pomodoro scottata [melanzana (con buccia) tagliata spessa circa un centimetro (deamarizzata col predetto metodo del sale), con sopra una fettina di pomodoro, scottati al forno, con aggiunta finale di olio d'oliva];

- melanzane tagliate scottate [tagliate a forma di "mano" (cioè ogni fetta, alta circa un centimetro, con più tagli paralleli per lungo quasi totalmente, come a formare delle dita), (deamarizzate col predetto metodo del sale), e scottate al forno con un po’ di olio d'oliva e di farina di peperone rosso (cioè essiccato e poi frullato), con aggiunta finale di olio d'oliva];

- cannellini fruttariani (pezzetti di fettine sottili di melanzana viola essiccate 4 ore, posti in una salsa frullata di: 1 avocado, 2 pomodorini e 50 grammi di olio d'oliva);

- ecc.

DOLCI FRUTTARIANI:

- MACEDONIA [pezzi di frutta a piacere; molto buona a base di mela rossa e banana (è meglio evitare di aggiungere succo |la frutta tagliata già lo forma da sola|, ma, nel caso, usare esclusivamente centrifugato di mela

rossa)];

- macedonia tropical (pezzetti di mango, papaia, ananas, poca banana e mela, pera);

- MACEDONIA al FRULLATO [macedonia coperta di frullato a piacere (ad esempio di mela rossa e banana, o di banana e fragola, o di banana e kiwi, o di fragola, ecc.)];

- MACEDONIA al CIOCCOLATO FRUTTARIANO [macedonia coperta di (postdetta) cioccolata fruttariana];

- MACEDONIA al GELATO FRUTTARIANO [macedonia coperta di (postdetto) gelato fruttariano];

- DOLCETTI FRUTTARIANI [fette di mela (o pera, o banana, o kiwi, o ananas) coperte di uva secca (leggermente spinta dentro per farla reggere)];

- spiedini fruttariani dolci (con pezzi di: mela, pera, banana, uva, fragola, uvetta, mandarino, kiwi, ecc.);

- BIGNE al CIOCCOLATO FRUTTARIANI [mezze melette rosse (con buccia) scavate dentro fino circa mezzo centimetro da tutta la buccia, ripiene di (postdetta) cioccolata al latte fruttariana (con la parte interna tolta della mela usata per il centrifugato)];
- CANNOLI DI MELA RIPIENI [mele rosse e pochi fichi secchi frullati insieme, poi stesi ed essiccati qualche ora, ottenendo una sfoglia che si taglia a quadratini, poi arrotolati attorno ad una fettina di banana];

- BUDINO FRUTTARIANO [banana e kiwi (o kaki) schiacciati (o frullati) insieme, con aggiunta finale di uvetta];

- CIOCCOLATA (al latte) FRUTTARIANA [crema frullata di: banana, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa; (la farina di polpa di carruba |detta cacao fruttariano| si può anche ottenere frullando molto finemente la polpa della carruba |ovviamente togliendo prima i semi|)];

- CIOCCOLATA (fondente) FRUTTARIANA (crema frullata di: mela, pochissima pera, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa);

- PERE al CIOCCOLATO FRUTTARIANO (quarti di pera coperti di molta predetta cioccolata fruttariana);

- COPPETTA di FRAGOLE (con aggiunta esclusiva di centrifugato di mela rossa);

- COPPETTA di FRAGOLE al FRULLATO [fragole coperte di frullato dolce (cioè senza frutta acida, ad esempio di mela e banana, o kaki e banana, o pera e banana, ecc.)];

- COPPETTA di FRAGOLE al CIOCCOLATO FRUTTARIANO (fragole coperte di predetta cioccolata fruttariana);

- COPPETTA di FRAGOLE al GELATO FRUTTARIANO [fragole coperte di (postdetto) gelato fruttariano dolce (cioè senza frutta acida)];

- BUDINO al CIOCCOLATO (al latte) FRUTTARIANO (crema frullata di: 3 banane, 1 avocado, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa);

- BUDINO al CIOCCOLATO (fondente) FRUTTARIANO (crema frullata di: 1 mela rossa, 1 pera, mezzo avocado, 4 cucchiai di farina di polpa di carruba e 2 mele rosse centrifugate);

- TORTA di MELE FRUTTARIANA [costituita di 5 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) banana a rondelle spesse disposte omogeneamente su tutta la base della teglia (per torte);
2) frullato grossolano di: mele rosse e uva secca;

3) kiwi a rondelle disposte omogeneamente su tutto il suddetto frullato;
4) frullato di: banana, mango, kaki (o pesca), mezzo avocado e 2 datteri;
5) copertura di mele a fettine leggermente accavallate disposte sul bordo a raggiera, con al centro qualche fragola a metà e qualche mirtillo];



Torta di mele fruttariana (con variante di copertura alternata al kaki)

- TORTA alla FRAGOLA FRUTTARIANA [costituita di 5 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) banana a rondelle spesse disposte omogeneamente su tutta la base della teglia (per torte);
2) frullato grossolano di: mele rosse e uva secca;
3) mango a fettine disposte omogeneamente su tutto il suddetto frullato;
4) frullato di: banana e fragole;
5) decorazione con fragole a metà e rondelle di banana];

- TORTA al CIOCCOLATO FRUTTARIANA [costituita di 5 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) banana a rondelle spesse disposte omogeneamente su tutta la base della teglia (per torte);

2) crema frullata di: banana, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa (cioè la cioccolata al latte fruttariana);

3) mele rosse a pezzetti disposte omogeneamente su tutto il suddetto frullato;

4) crema frullata di: mela, pochissima pera, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa (cioè la cioccolata fondente fruttariana);

5) decorazione con qualche fragola a metà, uva secca e farina di banana (cioè banana essiccata e frullata; è detta farina di "cocco" fruttariana)];

- TIRAMISU' FRUTTARIANO [costituita di 5 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) frullato di: mele rosse e pochi fichi secchi, essiccato circa 7 ore;

2) crema frullata di: 3 banane, 1 avocado, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa;

3) come punto 1;

4) crema frullata di: 1 mela rossa, 1 pera, mezzo avocado, 4 cucchiai di farina di polpa di carruba e 2 mele rosse centrifugate;

5) copertura con un po' di farina di polpa di carruba];

- PROFITEROL FRUTTARIANO [pezzi di banana modellata a forma di palletta (contenente una manciatina di uva secca), poi sistemate a piramide tonda e ricoperte con abbondante predetta cioccolata fruttariana];

- CROSTATA di MANGO FRUTTARIANA [costituita di 3 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) frullato di: mele rosse e fichi secchi, essiccato circa 8 ore (se questa base è ottenuta con l'essiccatore tondo, il buco centrale va coperto con un altro pezzo di stessa base);

2) frullato di: banana, mango, mela rossa, mezzo avocado e 1 dattero (fino ad un cm dal bordo);

3) decorazione con una decina di mezze fragole al centro, e 3 cerchi concentrici di mirtilli];

- YOUGURT FRUTTARIANO (crema frullata di: avocado, banana e poca mela rossa; si possono aggiungere anche i classici pezzettini di frutta);

- MARMELLATA FRUTTARIANA (cruda) [crema frullata di: frutto relativo essiccato, mela rossa e poco centrifugato di mela rossa; spalmabile anche sul predetto pane fruttariano];

- miele fruttariano [crema calibrata di: predetta marmellata fruttariana (cruda) di uva e analoga marmellata (cruda) di fichi];

- barretta di cioccolata (al latte) fruttariana [crema frullata di: banana, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa; essiccata due ore (con strato iniziale di circa un centimetro e mezzo) e tagliata a barrette];

- barretta di cioccolata (fondente) fruttariana [crema frullata di: mela, pochissima pera, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa; essiccata due ore (con strato iniziale di circa un centimetro e mezzo) e tagliata a barrette];

- sacker tort fruttariana [costituita di 3 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) (strato di circa un centimetro) crema frullata di: mela, pochissima pera, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela rossa;

2) (strato di circa due millimetri) predetta marmellata fruttariana di albicocche;

3) come punto 1; il tutto essiccato per tre ore];

- strudel fruttariano [costituito di 3 strati sovrapposti (cominciando dal basso):

1) crema frullata di: mela rossa (50%), melanzana (nera e larga, sbucciata) (50%), essiccata circa 14 ore (strato iniziale di circa un centimetro);

2) predetta marmellata fruttariana (cruda) di mele (strato di circa 1 centimetro);

3) come punto 1];

- crema fruttariana [frullato di: zucca, mela e dattero e poco centrifugato di mela];

- gelatina frutariana [frullato di frutta, essiccato diverse ore (con strato iniziale di circa 2 centimetri)];

- GELATO FRUTTARIANO [crema frullata di: rondelle di banana congelata (per circa 8 ore e poi a temperatura ambiente per 3 minuti), il frutto relativo a piacere, e poco centrifugato di mela rossa];

- GELATO al CIOCCOLATO FRUTTARIANO [crema frullata di: rondelle di banana congelata (per circa 8 ore e poi a temperatura ambiente per 3 minuti), farina di polpa di carruba, e centrifugato di mela rossa];

- banana split fruttariano [banana intera distesa semicoperta di suddetto gelato al cioccolato fruttariano e poco gelato alla fragola, il tutto ornato con un po' di uva secca e un filo di predetta cioccolata fondente fruttariana];

- mela scottata, pera scottata, ecc. (o un misto relativo a piacere, come pera scottata e prugne secche denocciolate);

- caramella mou fruttariana [rondella spessa di banana essiccata (lasciata squagliare in bocca); questa e qualsiasi altra frutta essiccata dolce (compresa la mela essiccata, in fase fruttariana) è possibile, al limite come eccezione, solo fino al fruttarismo 1, ma mai più di una volta a settimana, e mai a stomaco vuoto, come spiegheremo meglio più avanti];

- ecc.

BEVANDE FRUTTARIANE:

- FRULLATO [di frutta a piacere, molto buono di (o, al limite, a base di) mela rossa e banana (nel frullato mai usare acqua ma solo centrifugato di mela rossa); alcune combinazioni di frutta molto gustose sono, ad esempio: mela, banana e pera; mela, banana e melone; mela, banana e fragola; mela, banana e frutti di bosco; mela, banana e dattero; mela, banana e kiwi; mela e pesca; kaki e fragola; ecc.];

- frullato al gelato [ad esempio, nel frullato base di mela e banana, si può aggiungere e frullare anche un po' di gelato alla frutta (ovviamente costituito di 100% frutta)];

- CENTRIFUGATO (molto buono di mela rossa, detto anche birra fruttariana, per il colore, la consistenza e la schiuma che si forma sopra);

- LATTE FRUTTARIANO (frullato di: banana e molta acqua);

- LATTE AL CIOCCOLATO FRUTTARIANO (frullato di: banana, molta acqua e farina di polpa di carruba; se si vuole caldo, basta usare acqua molto calda);

- CAPPUCCINO FRUTTARIANO (frullato di: banana, meno acqua e più farina di polpa di carruba, rimischiati col frullino per fare la schiuma);

- CAPPUCCINO E CORNETTO FRUTTARIANI (cappuccino fruttariano, in cui si inzuppa una banana intera e mangiata a morsi);

- CIOCCOLATA CALDA FRUTTARIANA (crema frullata di: banana, farina di polpa di carruba e poco centrifugato di mela, riscaldata in un recipiente su un pentolino di acqua che bolle);

- CAFFE' FRUTTARIANO (frullato di: farina di polpa di carruba, poca mela e molta acqua);

- VINO FRUTTARIANO (analcolico) [centrifugato di uva (rossa o bianca); (il migliore anche per eventuali brindisi e festeggiamenti, ovviamente dopo il centrifugato di mela rossa);

- fruit cola [frullato di: pera, peperone e dattero e poco centrifugato di mela];

- Spremuta [se di frutta acida (a cominciare dalle arance) è possibile, al limite come eccezione, solo fino al fruttarismo 1, ma assolutamente mai più di una volta a settimana, e mai a stomaco vuoto, come spiegheremo meglio più avanti];

- ecc.

Oltre questo ricettario fruttariano, sempre come eccezione, anche in commercio esistono numerosissimi prodotti fruttariani, come sempre gli unici veramente squisiti, quali ad esempio
(mai consumarli se contengono aceto, come vedremo meglio):

- crema di olive (anche sott'olio d'oliva) (rosse, nere,verdi, ecc.);
- zucchine sott'olio (d'oliva);
- peperoni sott'olio (d'oliva);
- melanzane sott'olio (d'oliva);
- zucca sott'olio (d'oliva);
- pomodori secchi sott'olio (d'oliva);
- cetriolini sott'olio (d'oliva);
- sugo di pomodoro (di vari tipi, ad esempio:
  > passata;
  > vellutata;
  > a pezzi;
  > a succo bevibile;
  ecc.);

- pelati di pomodoro;

- sugo di pomodoro condito (ad esempio:
  > alle zucchine,
  > ai peperoni,
  > alle melanzane,
  > alla zucca,
  > alle olive,
  > ecc.);

- polpa di frutta [costituita al 100% da frutta (anche mista), densamente fluida, normalmente in vaschette; > esistono anche con pezzetti aggiunti di frutta fresca];
- merendine fruttariane (costituite al 100% da frutta; ad esempio:
  > merendine di frutta essiccata tritate e unite da centrifugato di frutta,
  > gelatine di frutta fatte solo di frullato di frutta essiccato,
  > ecc.);

- frutta essiccata [di molti tipi, ad esempio:
  > a rondelle spesse e morbide (come mele, pere, ecc.);
  > a rondelle sottili e dure (come mele, pere, kaki, banane, ecc.);
  > a spicchietti mobidi (come mele, banane, ecc.);
  > a frutto intero (come fichi, datteri, uva, albicocche, prugne, ecc.);
  > ecc.];

- "patatine" fruttariane [croccanti ma col sapore enormemente più buono e vario delle patatine fritte, ad esempio:
  > mele essiccate croccanti
  > mele liofilizzate (cioè essiccate sotto vuoto a freddo; croccantissime);
  > banane liofilizzate;
  > mango liofilizzato;
  > ananas liofilizzato;
  > ecc.];

- Marmellate (100% frutta, cioè senza zuccheri aggiunti, o qualsiasi atro additivo);

- composte di frutta (100% frutta, di tutti i frutti);

- succhi di frutta (100% frutta, anche questi senza zuccheri aggiunti, o qualsiasi altro additivo; il succo d'uva è infinitamente meglio del vino; il massimo è il succo di mela rossa);

- ecc.

Anche come profitto economico il settore dei prodotti fruttariani (ma solo al 100% fruttariani) è il più potente e veloce al mondo

Oltre che fare queste cose a casa, per chi vuole aprire una attività commerciale di sicuro successo, si consiglia proprio un ristorante fruttariano (100% fruttariano), o, se si vuol fare una cosa ancora più perfezionata e gustosa, un ristorante fruttariano-crudista (cioè che usa solo frutta cruda), che sarà assolutamente proprio l'unico futuro possibile della intera ristorazione mondiale.

Anche per quanto riguarda l'aspetto del profitto economico, come sempre il maggiore profitto lo ottiene solo ed esclusivamente chi apre una strada da un sentiero poco conosciuto, ma ancora di più chi si mette in una strada che nel futuro potrà solo unicamente e assolutamente crescere e addirittura in maniera esponenziale, visto anche l'impatto positivo enorme sul gusto, sulla salute, sull'etica, sull'ambiente, sul terzo mondo, ecc.

Visto la portata di tali benefici sul gusto e tutto il resto predetto, e visto anche che il mercato alimentare costituisce il primo mercato mondiale proprio in termini di fatturato (ci sono oltre sette miliardi di persone nel mondo che devono per forza mangiare, e tutti i 365 giorni dell'anno), in pochissimo tempo si possono anche arrivare a costituire le più grandi multinazionali al mondo che producono, ad esempio, prodotti da supermercato (o negozi) 100% fruttariani (compreso anche tutto il predetto menù fruttariano), prodotti per ristorazione 100% fruttariani, prodotti da bar 100% fruttariani, ecc.

Insomma, anche per chi volesse fare tantissimi soldi ed addirittura in pochissimo tempo, la strada della produzione fruttariana al 100% è assolutamente l'unica percorribile, specialmente su un pianeta come questo che sta morendo proprio per il suo completamente innaturale e persino catastrofico sistema di produzione alimentare mondiale. Infatti, come accennato e come si vedrà meglio anche nel capitolo relativo all'ecosistemica, proprio tutti i problemi del mondo, nessuno escluso, derivano esattamente dall'impatto del predetto sistema di produzione alimentare globale insieme con il suo infinito indotto, diretto ed indiretto.

Assolutamente fondamentale da sapere: DANNOSITA' ENORME DELLA FRUTTA ACIDA (A COMINCIARE DALLE ARANCE).

Nei fruttariani i danni sono meno gravi, ma PIU’ VELOCEMENTE sintomatici perchè più periferici

Un'altra cosa assolutamente indispensabile da sapere (che purtroppo ignorano ancora troppi fruttariani nel mondo, danneggiando così la loro salute e facendo, inoltre, in questo modo, cattiva pubblicità al fruttarismo, rallentandone anche enormemente la diffusione) è la seguente:

IL TIPO DI FRUTTA PIU' DANNOSO PER LA SALUTE

(in commercio, e SOPRATTUTTO proprio per i fruttariani, anche perchè, nutrendosi di sola frutta, e talvolta ancora credendo che la frutta acida sia adatta alla specie umana, ne consumano, anche in proporzione in maniera maggiore)

E' LA FRUTTA ACIDA

(ad esempio: ARANCIA, mandarino, mandarancio, pompelmo, pomelo, kiwi, ananas, limone, ecc.) anche perchè, col tempo, porta specialmente a DECALCIFICAZIONE OSSEA, compreso quella DENTALE, in quanto, oltre ad essere

ESAGERATAMENTE ACIDISSIMA a livello orale [ad esempio, l'ARANCIA, anche la più biologica, matura e "dolce", ha, come media mondiale strumentale digitale di ultima generazione, ADDIRITTURA pH 2,1

(i dati scientifici più dettagliati hanno evidenziato come anche le arance più biologiche, mature e "dolci" possono arrivare a valori minimi medi intorno persino pH 1,3; il limone, anche più biologico, maturo e meno acre, ha mediamente persino pH 0,8); questi valori rappresentano, a cominciare dal pH 2,1 delle arance, livelli di acidità ASSOLUTAMENTE MICIDIALI per l'organismo umano, comparabili solo agli acidi più velocemente mortali, dall'ACIDO MURIATICO in poi;

inoltre si ricorda che l'analisi dei potenziali redox, applicata alle principali molecole attive contenute nella polpa dell'arancia (e secondariamente della frutta acida in generale) ha rilevato una PROFONDISSIMA IPER-POTENZIALITA' OSSIDATIVA nei confronti delle strutture molecolari e macromolecolari all'interno dell'organismo della specie umana,che, superando di gran lunga anche l'azione micidiale del predetto valore di pH (il pH ha rilevato solo una piccolissima parte dell'azione antielettronica delle arance e restante frutta acida), è risultato capace addirittura di estrarre elettroni di legame interatomico infrastrutturale, addirittura anche quelli in massimo trattenimento particellare virtuale dovuto al massimo differenziale elettronegativo interatomico, il che significa la massima capacità specialmente delle arance di SFALDARE LETTERALMENTE strutture delicatissime come le macromolecole proteiche, sia strutturali che enzimatiche, di tutto il nostro organismo, e le altrettanto delicate microstrutture ossee, dallo scheletro fino all'intero apparato dentale raggiunto, nella sua massima devastazione anti-elettronica, proprio all'interno della camera pulpare in sede di contatto totale con il sistema materiale ematico, persino a fase post-assimilativa terminata oppure mischiata o accompagnata successivamente con altri "cibi" o sostanze alcalinizzanti], la FRUTTA ACIDA è SOPRATTUTTO ESTREMAMENTE ACIDIFICANTE

proprio esattamente a livello EMATICO (cioè del sangue) e generale (relativamente proprio ai valori medi omeostatici, sia diretti che indiretti) [anche con l'UNICA PROCEDURA SCIENTIFICA di misurazione strumentale, che vedremo meglio più avanti, si rileva chiarissimamente che, ad esempio, l'ARANCIA determina un RISULTATO METABOLICO FINALE EMATICO ESTREMAMENTE ACIDO, scaricando poi anche nelle urine livelli enormi di acidità, mediamente ADDIRITTURA Ph 5,7;

come è arcinoto in fisiologia umana, questo valore è MOLTO PIU' GRAVE persino del pH 2,1 dell'arancia in assunzione orale, in quanto riguarda un'ACIDOSI PROFONDISSIMA che giunge anche proprio attraverso il sangue fino ad ASSOLUTAMENTE TUTTI i settori pure più delicati di tutti i tessuti, organi ed apparati dell'INTERO l'organismo, compreso l'apparato dentale stesso che viene raggiunto e scavato dai micidiali H_3O^+ dell'acidosi SOPRATTUTTO dalla camera pulpare interna ad ogni dente, irrorata esattamente dal sangue],

e questa ACIDIFICAZIONE ESTREMA generale costringe l'organismo a rialcanilizzare specialmente il pH ematico prelevando pure addirittura d'urgenza massima il CALCIO anche da tutto il SISTEMA SCHELETRICO (e quindi anche dalla stessa STRUTTURA DENTALE, di cui fa parte).

[Precisazione: talvolta si confonde il pH delle ceneri con il pH del risultato metabolico finale ematico. Quando si parla di "ceneri" di un "cibo" ci si riferisce esattamente al metodo del crogiolo, e cioè ad un metodo di misurazione biochimica del tutto ESTERNO al nostro organismo: si prende un "cibo", si pone su una bacinella (detta crogiolo) che a sua volta si riscalda con una fiamma sottostante; il "cibo" inizia una fase di combustione lenta, fino a lasciare nella bacinella solo i suoi prodotti di combustione finali, cioè le sue ceneri.

Quando si parla di "ceneri" ci si riferisce, quindi, a sostanze AL DI FUORI DEL NOSTRO ORGANISMO, ottenute in una bacinella.

Ora, l'arancia, ALL'ESTERNO DEL NOSTRO ORGANISMO, col metodo del crogiolo, come la maggioranza delle combustioni totali extracorporee, può produrre ceneri anche alcaline, ma, come predetto, l'arancia fresca, è un sistema materiale ad incredibile acidità (pH 2,1), e addirittura

L'ARANCIA CONSUMATA (mangiata) DA UN INDIVIDUO DELLA SPECIE UMANA, dopo che essa ha interagito con le sostanze chimiche della saliva, con quelle dello stomaco, con quelle dell'intestino, con quelle ematiche, fino a quelle cellulari,

HA UN RISULTATO METABOLICO FINALE EMATICO CHE E' FORTEMENTE ACIDO.

Essendo solo il risultato metabolico finale ematico ciò che conta per il nostro organismo (a differenza delle ceneri del crogiolo esterno, SONO ASSENTI "CENERI" ALL'INTERNO DEL NOSTRO ORGANISMO), scientificamente si dice che

L'ARANCIA E' FORTEMENTE ACIDIFICANTE A LIVELLO EMATICO (DEL SANGUE)].

Come vedremo meglio, i meccanismi patogeni innescati da arance e restante frutta acida sono dovuti ad innumerevoli sostanze altamente tossiche (per la specie umana), comprese la cadaverina, la putrescina, altre poliammine, ecc., che, nel loro complesso biochimico, portano a forte acidosi ematica, e addirittura a profonda ossidazione ipercomplessa che perdura persino se l'organismo è portato in alcalosi (ad esempio da altro tipo di frutta). Ora, più nel dettaglio, e questo

avviene ogni volta che mangiamo un'arancia (o altra frutta acida), quando il sangue viene portato in ACIDOSI (oppure in ossidazione iper-complessa, o entrambe) siccome, come predetto, non può assolutamente rimanervi, proprio perchè, dopo un certo piccolo margine, è addirittura mortale, dopo l'ammortizzamento parziale della riserva alcalina del sangue stesso, si innesca immediatamente il ripristino graduale della riserva stessa; ma l'organismo purtroppo per ripristinare la nostra riserva alcalina ematica, e quindi per contrastare l'azione dell'acidosi, deve andare letteralmente a prelevare SOSTANZE ALCALINE da altri organi, DANNEGGIANDOLI ENORMEMENTE.

Dopo aver DANNEGGIATO, in questo modo, polmoni e reni, se ciò non è stato sufficiente, il sangue deve continuare a prelevare altre unità strutturali alcalinizzanti, e quella principale è il CALCIO.Siccome la "banca" del calcio del nostro organismo è il nostro SISTEMA SCHELETRICO, dalle OSSA ai DENTI, con l'ACIDOSI, in questo caso determinata dalla frutta ACIDA, il SANGUE è COSTRETTO a PRELEVARE QUANTITA' ENORMI di CALCIO proprio dalle OSSA ai DENTI;

di conseguenza, essendo la struttura portante di questi ultimi costituita esattamente a base di CALCIO, togliendolo, non facciamo altro che FORARE LETTERALMENTE sia la STRUTTURA DENTALE (specialmente dall'interno, proprio a livello di camera pulpare) e sia, in maniera parallela, FORARE LETTERALMENTE la STRUTTURA OSSEA determinando anche velocissima OSTEOPOROSI;

spesso questa DECALCIFICAZIONE è inizialmente anche senza sintomi chiari, col risultato finale negativo che può sorgere o addirittura ESPLODERE pure dopo molti mesi o anni, portando specialmente i dentisti a pronunciare la classica frase:

MAI VISTO DENTI E GENGIVE COSI' DISASTRATE COME IN FRUTTARIANI O QUASI FRUTTARIANI CHE USANO ANCHE ARANCE O ALTRA FRUTTA ACIDA (viceversa, tramite il fruttarismo SOSTENIBILE, attuato quindi SENZA frutta acida e con tutti gli altri parametri suddetti, la salute orale, dai denti alle gengive in poi, tende costantemente a MIGLIORARE);

soprattutto in fruttariani e quasi fruttariani, pure con una età compresa tra i 20 e 30 anni, che usavano ANCHE arance o altra frutta acida, è stata riscontrata dopo pochi mesi o pochi anni, ciò che i medici hanno col MASSIMO ALLARME definito OSTEOPOROSI DI UN VECCHIO

(ancora viceversa, tramite il fruttarismo SOSTENIBILE, attuato quindi SENZA frutta acida e con tutti gli altri parametri suddetti, addirittura anche un'osteoporosi regressa viene velocemente GUARITA, con costante miglioramento della salute anche di tutto l'apparato scheletrico, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla terapeutica moderna).

[Occorre ricordare che la postdetta DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA (cioè dai "cibi" |o sostanze| non specie-specifiche), (sia a livello di disintossicazione primaria che secondaria), come spiegato meglio nel capitolo relativo alla terapeutica moderna, PUO' AVVENIRE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE a pH 7,41 (DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA | solo FISIONEUTRA|).

Ora, siccome le tossine aspecifiche (sia all'esterno che all'interno del nostro organismo) sono sia le tossine aspecifiche acide (primarie o secondarie) che le TOSSINE ASPECIFICHE ALCALINE (primarie o secondarie) (altrettanto disastrose per il nostro organismo, come la maggioranza delle famose sostanze secondarie killer contenute nei cadaveri vegetali ancora denominati "semi e verdure", a cominciare proprio dai massacranti alcaloidi secondari killer, prodotti esattamente per difesa dalle piante, ma anche molte sostanze alcaline altamente tossiche contenute naturalmente nei prodotti animali), di conseguenza, la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, che deve assolutamente espellere dal nostro organismo sia le tossine acide che le tossine BASICHE (contenute non solo in ogni "cibo" aspecifico, ma addirittura SEMPRE in dosi quantitative equivalenti, anche se i miliardi di loro reazioni chimiche in fase di digestione, assorbimento ed assimilazione possono dare risultati metabolici finali acidi o basici), DEVE essere ASSOLUTAMENTE SEMPRE FISIONEUTRA (cioè a pH 7,41).

Anche per questo motivo, proprio soprattutto in fase di DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, specialmente il pH delle nostre URINE deve essere ASSOLUTAMENTE SEMPRE FISIONEUTRO (sempre pH 7,41), ed ASSOLUTAMENTE MAI si deve innescare una INTOSSICAZIONE DEPERIMENTALE ACIDOTICA diretta (dovuta pure alla postdetta ossidazione ipercomplessa) (come avviene, ad esempio, con fruttarismo che comprende anche arance, con solo arance, o, ancora peggio, col digiuno; in questi ultimi due casi tutto l'organismo è ADDIRITTURA COSTANTEMENTE in acidosi estrema; a volte l'intossicazione deperimentale acidotica è scambiata per "disintossicazione", ignorando sia che IL FENOMENO INTOSSICATORIO PUO' ESSERE ANCHE DEPERIMENTALE |compreso il CALO di PESO|, e sia che, come sarà spiegato meglio più avanti, proprio anche per motivi molecolari specifici relativi alla neutralizzazione tossiemica in fase specialmente ematica |legati anche alla delicatissima e FONDAMENTALE attività disintossicatoria dell'apparato intracellulare del GOLGI|, la disintossicazione aspecifica si innesca DEL TUTTO ESCLUSIVAMENTE a pH 7,41, e addirittura solo se quest'ultimo valore è tenuto in maniera ASSOLUTAMENTE COSTANTE, come può avvenire, inizialmente, in maniera sufficientemente approssimativa solo con la predetta impostazione alimentare MDA, oppure, successivamente, in modo totalmente PERFETTO UNICAMENTE con l'innesco graduale dell'alimentazione MELARIANA) oppure una INTOSSICAZIONE DEPERIMENTALE ALCALODICA diretta (come avviene, ad esempio, con solo frutta ortaggio; anch'essa a volte è scambiata per "disintossicazione", sempre ignorando sia che, è invece appunto un fenomeno

intossicatorio per motivi opposti ai precedenti |ad esempio, cessione eccessiva di elettroni alle strutture cellulari ematiche, con perdita quasi totale di funzionalità|, e sia che, come predetto, la fisiologia della specie umana può innescare il LAVORO MOLECOLARE DETOX, con fisioneutralizzazione totale sia delle tossine aspecifiche acide che delle tossine aspecifiche alcaline, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE a pH 7,41), in quanto, entrambe (specialmente quella ACIDOTICA), come vedremo meglio più avanti, sono PROFONDAMENTE DISASTROSE PER IL NOSTRO ORGANISMO (anche in quanto sono INTOSSICAZIONI aspecifiche potenziate dal DEPERIMENTO ORGANICO dell'intero organismo).

Quindi, in sintesi, come spiegato ulteriolmente nel capitolo della terapeutica moderna, (anche a livello ematico) SIA LO STATO ACIDOTICO che lo stato alcalodico BLOCCANO TOTALMENTE QUALSIASI DISINTOSSICAZIONE, ma ADDIRITTURA, in particolare,

LO STATO ACIDOTICO DETERMINATO DALLA FRUTTA ACIDA E DAL DIGIUNO E' UNA INTOSSICAZIONE ASPECIFICA POTENZIATA DAL DEPERIMENTO ORGANICO dell'intero organismo.

In particolare, la frutta acida determina una intossicazione acidotica non chetonica, il digiuno una intossicazione acidotica chetonica, analizzate più avanti;

Inoltre, gli innumerevoli DANNI all'organismo che determinano, compreso tutte le anche enormi SOFFERENZE che comportano, sono esattamente DISASTROSE FORME di INTOSSICAZIONE (chetonica o non chetonica);

talvolta, esse sono DEL TUTTO ERRONEAMENTE scambiate per "disintossicazione" o per "disintossicazione troppo veloce" (usando purtroppo ancora teorie di origine ottocentesca ormai completamente superate in tutto il mondo addirittura da moltissimi decenni), come vedremo meglio nel capitolo relativo alla terapeutica moderna (e come stanno effettuando persino MOLTE MIGLIAIA di persone in tutto il mondo tramite la postdetta TERAPIA NATURALE SPECIE-SPECIFICA, attuata fin dall'inizio sempre con fantastica, continua e soprattutto CRESCENTE SENSAZIONE DI PIACERE) la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA è solo ed esclusivamente ASINTOMATICA (oltre che fisioneutra),

Cioè TUTTE le TOSSINE, sia acide che basiche, IN USCITA MAI devono dare ASSOLUTAMENTE alcun sintomo negativo, in quanto devono essere prima sia TOTALMENTE NEUTRALIZZATE, sia poi rese PRECISAMENTE INNOCUE (per l'intero organismo fino alla stessa filtrabilità renale), con una

PROCEDURA MOLECOLARE SOFISTICATISSIMA, PROFONDISSIMAMENTE PARTICOLARE E SOPRATTUTTO SPECIE-SPECIFICA,

che solo i MILIARDI di sostanze biochimiche EVOLUTISSIME, CO-EVOLUTESI con la nostra specie, come quelle prima analizzate della MELA possono effettuare (con la gradualità della TERAPIA NATURALE relativa alla DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, descritta nel capitolo della terapeutica moderna); solo in questo modo, finalmente, si possono espellere ASSOLUTAMENTE TUTTE le tossine acide e alcaline dal nostro delicatissimo organismo SENZA PIU' NE' ALCUN TIPO di DANNO NE' di MINIMA SOFFERENZA o SINTOMO NEGATIVO (anzi, come predetto, fin dall'inizio con fantastica e continuamente crescente sensazione di piacere) e addirittura PROPRIO CON LA MASSIMA VELOCITA' POSSIBILE IN ASSOLUTO (come vedremo meglio, riscontrata in tutto il mondo anche con dimostrazionecomparativa per ogni tipo di patologia);

Inoltre, la suddetta terapia naturale SPECIE-SPECIFICA, è esattamente l'UNICA VERA disintossicazione aspecifica in assoluto per la nostra specie, che comprende anche una

TOTALE PULIZIA A FONDO DI TUTTO L'INTESTINO (tenue e crasso), tramite anche l'assobimento tossiemico massimo delle fibre potentissime della MELA, ma persino DI OGNI SINGOLA CELLULA del nostro organismo, tramite anche tutti I MILIARDI di MOLECOLE SPECIALIZZATE DETOX SPECIE-SPECIFICHE della mela stessa, descritte meglio sempre nel capitolo relativo alla terapeutica moderna (talvolta, ancora DEL TUTTO ERRONEAMENTE si pensa che vanno usati anche altri metodi di "pulizia" come frutti aspecifici o sostanze e metodi vari, mentre

SI E' ORMAI RILEVATA SPERIMENTALMENTE L'ESTREMA TOSSICITA' DI OGNUNO DI ESSI;

la NATURA aveva già impiegato MILIARDI DI ANNI DI EVOLUZIONE e CO-EVOLUZIONE con la NOSTRA specie, per costruire BIOCHIMICAMENTE LA SOFISTICATISSIMA E ASSOLUTAMENTE PERFETTA MELA, il VERO STRUMENTO SPECIE-SPECIFICO DI MASSIMAMENTE PROFONDA PULIZIA A FONDO, con le sue sostanze totalmente SPECIALISTE anche per la CONTINUA DISINTOSSICAZIONE di tutto l'organismo, pure in fase di alimentazione finale MELARIANA, visto che L'AZIONE DETOX DELLA MELA E' TEMPORALMENTE INFINITA, facendo parte proprio dell' ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA stessa, soprattutto quella PIU' BIOCHIMICAMENTE EVOLUTA della specie umana)].

Le conseguenze DISASTROSE della frutta ACIDA (a cominciare proprio dalle arance), che si esplicano in MOLTISSIME forme le più frequenti delle quali sono comprese nell’elenco che stiamo per vedere, sono più gravi dal modello "alimentare" onnariano a quello vegan-crudista (ed in tutte le fasi di disintossicazione aspecifica, dalla transizione alla terapia), ma, in

tali fasi "alimentari" di tossicosi molto maggiore, attuando (come vedremo meglio più avanti) anche un meccanismo molecolare fortemente acidotico prevalentemente endocellulare, i danni relativi sono più interni (fino alla micidiale accelerazione poliamminica del metabolismo mutagenetico, relativo proprio alla cancerogenesi) e, di conseguenza, MENO VELOCEMENTE sintomatici;

al contrario, le conseguenze DISASTROSE della frutta ACIDA (sempre a cominciare proprio dalle arance), principalmente nel modello "alimentare" FRUTTARIANO, sono meno gravi, ma, in tale fase "alimentare" di tossicosi molto minore, attuando (sempre come vedremo meglio più avanti) anche un meccanismo molecolare fortemente acidotico prevalentemente ematico, i danni relativi sono più esterni (periferici), e, di conseguenza, PIU' VELOCEMENTE sintomatici (relativamente al fruttarismo, ovviamente al 100%, da alcuni mesi ad alcuni anni, proporzionalmente anche alle quantità relative assunte).

[Semplificando al massimo il concetto, si può citare il classico ESEMPIO DELLA VASCA: se si ha una vasca abbastanza piena di acido, aggiungendo ad esso un altro bicchiere di acido, la corrosione complessiva della vasca viene solo parzialmente potenziata, ma se si ha una vasca vuota quasi totalmente pulita, aggiungendo lo stesso intero bicchiere di acido, la corrosione complessiva della vasca viene enormemente potenziata.

Tradotto in termini di organismo, se si ha un organismo abbastanza pieno di tossine (sia acide che basiche), aggiungendo ad esso le tossine di una arancia, l'azione tossiemica complessiva sull'organismo viene solo parzialmente potenziata (anche se in modo più profondo e più grave)

(con effetti dannosi che risultano visibili non solo più lentamente, ma che si confondono con gli effetti dannosi di tutte le altre tipologie di tossine già presenti), ma se si ha un organismo quasi totalmente privo di tossine (sia acide che basiche), aggiungendo ad esso le tossine della stessa arancia, l'azione tossiemica complessiva sull'organismo viene enormemente potenziata (anche se in modo meno profondo e meno grave) (con effetti dannosi che risultano visibili MOLTO PIU' VELOCEMENTE, eaddirittura molto più caratteristici della tipologia di tossine dell'arancia stessa)].

Ecco perchè le arance (e restante frutta acida), pur determinando nell'organismo dei FRUTTARIANI danni meno profondi e meno gravi, la loro MAGGIORE VELOCITA' di espressione patologica pericolosa (a volte addirittura quasi asintomatica ma rilevabile strumentalmente), rende proprio per i FRUTTARIANI (ovviamente al 100%) l'ELIMINAZIONE TOTALE delle arance (e restante frutta acida) ENORMEMENTE PIU' URGENTE (nei modi predetti), rispetto a tutti gli altri precedenti modelli "alimentari".

I DANNI DELLA FRUTTA ACIDA PRINCIPALMENTE IN FASE FRUTTARIANA (al 100%), si manifestano (anche per l'azione di molte altre sostanze tossiche contenute in essa), col tempo, primariamente sotto le seguenti forme:

- EROSIONE DENTALE [sia CORROSIONE (letterale) ESTERNA, da parte di potentissimi acidi organici (si ricorda l'ACIDITA' ESTREMA, ad esempio dell'ARANCIA, anche biologica e più "dolce", che ha ADDIRITTURA pH 2,1 |!!!|) i quali, liberando immediatamente ioni H_3O^+, sottraggono elettroni di legame alle strutture molecolari della parete esterna dello smalto, e, di conseguenza, le sgretolano letteralmente, inizialmente con formazione graduale di solchi sulla superficie del dente, allisciamento delle cuspidi delle corone dentarie, o altro grave danno, (come vedremo meglio più avanti, non basta assolutamente nemmeno lavare i denti subito dopo, in quanto gli acidi organici della frutta acida hanno una forte adesione molecolare e rimangono a "lavorare" all'interno dei micropori stessi della superficie dello smalto); sia CORROSIONE (letterale) INTERNA, a formare anche carie, tramite la forte acidosi del sangue, che, attraverso la stessa polpa interna al dente, fortemente irrorata proprio dal sangue, attraverso anche un meccanismo simile a quello predetto (oltre che a quello più tipico delle ossa, spiegato prima), scava letteralmente il dente, anche e specialmente a partire da tutta la sua struttura interna];

- EROSIONE OSSEA (con i meccanismi fisiologici e molecolari diretti predetti, fino anche ad una decisa osteoporosi);

- DEPERIMENTO ORGANICO (specialmente DIMAGRIMENTO ECCESSIVO RISPETTO AL PESO FORMA) (il cui meccanismo vedremo meglio più avanti);

- ASTENIA (DEBOLEZZA) (meccanismo analizzato più avanti);

- IPERURESI (ECCESSO DI URINE) (che vedremo meglio più avanti);

- FORTE CARENZA DI VITAMINA B12 (l'acidosi ematica aumenta immediatamente l'usura proteica in tutto l'organismo, determinando, come abbiamo già visto, l'aumento enorme di fabbisogno di vitamina B12; il meccanismo sarà rivisto meglio più avanti);

- ANEMIA (legata principalmente alla carenza di vitamina B12, ed il cui meccanismo vedremo meglio più avanti);

- FORTE ECCESSO INIZIALE DI VITAMINA C [l'eccesso iniziale di vitamina C (anch'esso un acido, acido ascorbico, il cui stesso eccesso contribuisce anche alla sottrazione elettronica dei tessuti) è ancora più accentuato dal molto più basso (più naturale) metabolismo proteico dei fruttariani (che è proporzionale al fabbisogno di vitamina C), e ormai è ARCINOTO SCIENTIFICAMENTE che questo ECCESSO iniziale di vitamina C è ADDIRITTURA MOLTO PIU' GRAVE della sua carenza, portando all'arteriosclerosi (per l'eccesso di ferro non eme assorbito dai vasi sanguigni), all'innalzamento patologico dei livelli di acido urico, alla formazione di calcoli renali, al peggioramento dello stato anemico in corso (pure per predetta carenza di vitamina B12), persino aborto spontaneo, diarrea, ecc.];

- FORTE CARENZA FINALE DI VITAMINA C [più avanti vedremo il meccanismo fisiologico di come le arance e la restante frutta acida, terminati i GRAVISSIMI DANNI da eccesso iniziale di vitamina C, riescono poi letteralmente a TOGLIERE ENORMI quantità di vitamina C stessa nel nostro INTERO organismo, tramite principalmente una aggressiva usura collagenica, portandolo addirittura ad una FORTE CARENZA finale di vitamina C (è un meccanismo analogo a quello innescato da latte e formaggi, che nonostante ricchissimi di calcio, in realtà lo sottraggono fortemente dall'intero organismo umano)];

- IPOTENSIONE (analizzata più avanti);

- DEMINERALIZZAZIONE (CARENZA MINERALE GENERALE); (a cominciare da quelli alcalinizzanti, come sodio, potassio, ecc.; meccanismo analizzato più avanti);

- CREAZIONE DI MUCO [specialmente dalla mucosa nasale, il cui meccanismo molecolare è spiegato più avanti (viene erroneamente scambiato spesso per "scioglimento" di muco)];

- CADUTA DEI CAPELLI;

- INFIAMMAZIONE SPECIALMENTE GENGIVALE, ESOFAGEA E GASTRICA;

- FAVORIMENTO DI FERMENTAZIONE GASTRICA ED ENTERICA;

- SENSAZIONE DI FREDDO E SOFFERENZA ECCESSIVA DEL FREDDO (alterazione del sistema di termoregolazione dell'organismo);

- FREQUENZA ECCESSIVA DELLA SENSAZIONE DI FAME (più avanti vedremo come le arance e la restante frutta acida chiudono letteralmente le cellule all'azione trofica);

- FORMAZIONE DI CRAMPI (pure notturni);

- INFIAMMAZIONE CUTANEA e di ALTRI ORGANI (anche accentuata dalla trasformazione patogenica principalmente acidotica di molte tipologie batteriche, come STAFILOCOCCO, STREPTOCOCCO, ecc.; questi batteri sono assolutamente in simbiosi con l'organismo umano, ma diventano patogeni specialmente in ambiente acido);

- FORUNCOLOSI (pure facciale, spesso anch'essa accentuata da trasformazione patogenica acidotica batterica, soprattutto da STAFILOCOCCO);

- ISCHEMIA (dovuta ad una particolare ostruzione vasale, riscontrata soprattutto dopo periodi abbastanza lughi di consumo di ARANCE, sia consumate da sole o in un fruttarismo più vario);

- INVECCHIAMENTO PRECOCISSIMO DELLA PELLE (suo graduale irrigidimento, indurimento superficiale e formazione estrema di rughe, specialmente sulle zone cutanee normalmente scoperte, viso e mani, in quanto gli effetti dell'acidosi sono estremamente potenziati, anche localmente, dal freddo e dalle intemperie);

- INDEBOLIMENTO e SFALDAMENTO delle UNGHIE (la sottrazione di calcio dovuta all’acidosi porta col tempo principalmente alla formazione di macchie bianche sulle unghie, fino ad una sempre maggiore fragilità e

sfaldamento lateroterminale e centrale di queste ultime);

- CANCRO alla VESCICA [si è scoperto di recente che in particolare le ARANCE (e secondariamente i limoni) non solo sono in grado di accelerare la mutagenesi e quindi la cancerogenesi, pure per via poliamminica, ma addirittura di INNESCARE LA CANCEROGENESI (per azione congiunta tra acidosi, postdetta ossidazione ipercomplessa anche in ambiente alcalino, putrescina, cadaverina, ecc.; tale fenomeno avviene principalmente in fase di espulsione urinaria di tali sostanze altamente tossiche, con conseguente impatto mutageno che colpisce soprattutto la vescica) in particolar modo quando il consumo delle arance perdura nei fruttariani (anche nei postdetti "fruttonnariani") per diversi anni (il processo è asintomatico, ma talvolta inizialmente si constata la presenza di sangue nelle urine); il numero di casi addirittura di

  MORTE PER CANCRO ALLA VESCICA NEI FRUTTARIANI CHE USANO ANCHE ARANCE (anche nei postdetti "fruttonnariani")

  sta aumentando troppo velocemente in tutto il mondo, ed i medici ufficiali informati avvertono ormai da tempo di abbattere il consumo di arance o loro spremute solo per tutti, ma con particolare urgenza per chi ha già un tumore in corso, o persino per chi ha un tumore pregresso (cioè che ha avuto un tumore che sembra scomparso), e come prevenzione fondamentale (soprattutto nei fruttariani)];

- ecc.

[nei fruttariani, per la similitudine con il quadro patologico determinato dalla carne negli onnariani, le ARANCE (e la restante frutta acida), avendo anche un alta quantità di molecole responsabili dell'innesco del cancro tipiche della carne, come cadaverina, putrescina, ecc., sono definite biologicamente come "LA CARNE dei FRUTTARIANI"].

L'osservabilità e riproducibilità di queste patologie si manifestano anche effettuando numerosissime CONTROPROVE SCIENTIFICHE, con i sintomi (e rilevazioni strumentali) negativi che (come SEMPRE è successo), più velocemente nel fruttarismo, COMPAIONO IN PRESENZA di frutta acida, e RISCOMPAIONO IN ASSENZA della stessa, PURE IN RIPETIZIONE CONTINUA DI QUESTA ALTERNANZA.

Ogni organismo può manifestare anche solo alcune delle predette patologie, in modo più o meno accentuato, spesso anche in fase poco chiaramente sintomatica, ma il danno organico profondo è presente in assolutamente tutti.

[FONDAMENTALE: l'alcalinizzazione determinata dalla frutta grassa e frutta ortaggio, mentre è appena abbastanza sufficiente per contrastare la tipologia di leggerissima acidificazione da parte della frutta dolce (diversa da mela rossa), purtroppo E' ASSOLUTAMENTE NEMMENO LONTANAMENTE SUFFICIENTE anche solo per cercare di contrastare la TIPOLOGIA di acidosi ESTREMA determinata dalle arance (e restante frutta acida), in quanto oltre ad essere appunto estrema, E' A CARATTERE OSSIDATIVO IPERCOMPLESSO, cioè, principalmente,

E' ACCOMPAGNATA DA MOLTISSIME SOSTANZA CHIMICHE MOLTO AGGRESSIVE CHE RIESCONO ADDIRITTURA AD OSSIDARE LE STRUTTURA MOLECOLARI INTERNE ALL'ORGANISMO, AGENDO CON UN MECCANISMO DEELETTRONIZZATORE MOLTO DIVERSO DAL MECCANISMO H_3O^+, IL QUALE E' L'UNICO RILEVABILE CON LA MISURAZIONE DEL pH.

Inoltre, specialmente egli ultimi anni è stato scientificamente confermato che le molecole ACIDIFICANTI stesse CREANO ADDIRITTURA ANCHE I DANNOSISSIMI RADICALI LIBERI, ASSOLUTAMENTE PER NULLA RILEVABILI DALLA MISURAZIONE DEL pH. LE ARANCE (e restante frutta acida) RIESCONO A CREARE DANNI PROFONDI ALL'ORGANISMO ANCHE IN CASO DI RILEVAZIONE DI pH URINARIO MOLTO ALCALINO (e quindi anche in presenza di frutta grassa e frutta ortaggio in quantità elevate)].

CONSTATAZIONE DI FATTO TOTALMENTE FONDAMENTALE:

riguardo la situazione attuale del fruttarismo (ovviamente effettuato al 100%) nel mondo, circa il 92% dei fruttariani , purtroppo consumando ancora anche arance (e alcuni pure altra frutta acida), riscontra (in tempi proporzionali alla quantità relativa assunta), diversi problemi di salute (troppo spesso anche inizialmente taciuti) ed in costante peggioramento, mentre solo il restante circa 8%, effettuando un fruttarismo uguale o simile al predetto FRUTTARISMO SOSTENIBILE, PERSEGUE CON OTTIMA SALUTE, E ADDIRITTURA IN COSTANTE MIGLIORAMENTO (anche di qualsiasi stato patologico preesistente).

Inoltre, soprattutto riguardo le arance, è stata rilevata anche la CONTROPROVA SCIENTIFICA (sia a livello sintomatologico che con l'ausilio strumentale), effettuata pure in maniera RIPETUTA INNUMEREVOLI VOLTE, sia transitando dal fruttarismo sostenibile al fruttarismo che comprende anche arance, che ha determinato gradualmente (sempre in tempi proporzionali alla quantità relativa assunta) diversi problemi di salute, sia (a parità di persona) ritornando

al FRUTTARISMO SOSTENIBILE CHE HA BLOCCATO IMMEDIATAMENTE TUTTI I SUDDETTI PROBLEMI DI SALUTE, MA ADDIRITTURA LI HA GUARITI TOTALMENTE IN BREVISSIMO TEMPO.

[Alcune precisazioni:

- così come esistono MOLTISSIMI ACIDI DANNOSI presenti solo o specialmente negli agrumi e restante frutta acida, alcuni dei quali oltre ai meccanismi di corrosione diretta impediscono persino il successivo fissaggio del calcio nelle ossa e denti, altre tipologie di acidi devono essere presenti in quantità MINIME ed in un certo CONTESTO di altre molecole organiche per evitare di essere dannosi, come ad esempio l'ACIDO CITRICO: esso, per ogni 100g di cibo, MAI deve superare i 5 mg come nella MELA, mentre nell'ARANCIA supera ADDIRITTURA i 980mg, una quantità PERSINO oltre 190VOLTE superiore a quella della mela (nel limone è ancora maggiore); tra l'altro, l'ACIDO CITRICO è un acido MOLTO POTENTE, anche perché è un TRIACIDO, ovvero un acido TRICARBOSSILICO, ed inoltre, come vedremo meglio, è ben nota a tutte le scuole di ODONTOIATRIA del mondo la sua DANNOSITA' MICIDIALE nei confronti di ogni struttura DENTALE, a cominciare dallo smalto e dentina (si ricorda che l'acido citrico è usato pure come POTENTISSIMO ANTICALCARE per lavatrici ed altri elettrodomestici, cioè è un acido specialista nel TOGLIERE proprio il CALCIO);

- come molti altri acidi dell'arancia ed altra frutta acida, anche l'ACIDO CITRICO contribuisce all'ACIDIFICAZIONE e corrosione del resto dell'organismo umano e quest'ultimo deve poi fare un'immensa fatica anche solo per cercare di contrastare una piccola parte dei danni sacrificando una enorme frazione delle sue preziosissime sostanze alcaline trasformando una esigua parte dell'acido citrico in citrati, fenomeno che, però, AGGRAVA ULTERIOLMENTE ed ENORMEMENTE L'ACIDIFICAZIONE generale dell'organismo in quanto SOTTRAE appunto una grandissima quantità di sostanze alcaline, per l'esattezza ben tre sostanze alcaline per ogni molecola di acido citrico (essendo un acido tricarbossilico), moltiplicate per MILIARDI di molecole;

- OGNI GIORNO si scoprono nuove molecole micidiali contenute anche insospettabilmente nella struttura specialmente dell'ARANCIA, come continuamente più numerose molecole ad ALTISSIMA TOSSICITA' ACUTA (che agiscono gradualmente sempre col meccanismo della tossicosi aspecifica cronico-cumulativa, che vedremo nel capitolo relativo alla patologia moderna), presenti soprattutto sia sulla parte esterna della polpa dell'arancia (dopo che si è sbucciata), e persino all'interno del succo di arancia, specialmente dopo la spremitura delle arance stesse; in strutture sia analoghe che diverse di mandarino, limone, pompelmo, ed altra frutta acida sono state trovate molecole attive uguali o simili, tutte sempre ad elevatissima TOSSICITA' ACUTA;

- l'allarme scientifico MONDIALE è anche per molecole, come accennavamo, a MASSIMA CAPACITA' CANCEROGENA e cancerocinetica, trovate specialmente nelle ARANCE e altra frutta acida, come, per esempio, la PUTRESCINA, la CADAVERINA, ecc., che, con la loro struttura poliamminica tipica solo delle molecole più cancerogene che scaturiscono soprattutto addirittura dal consumo di carne, hanno la capacità persino eziopatogenetica fondamentale, diretta e indiretta, sia di innescare la mutagenesi e quindi la cancerogenesi, sia di innescare un cancro da un precedente tumore, sia di accelerare le suddette cancerogenesi in caso siano già in corso o anche pregresse;

- come accennato, questa enorme quantità di acidi micidiali ed altre sostanze molto tossiche contenute nelle arance ed altra frutta acida riesce a determinare, soprattutto in un organismo disintossicato, una INTOSSICAZIONE TALMENTE VELOCE che nell'ottocento qualcuno l'aveva persino confusa per cosiddetta “disintossicazione troppo veloce”, supponendo quindi che tutte le predette sintomatologie negative e patologie determinate dal consumo di arance o altra frutta acida decrescessero con il decrescere dello stato di intossicazione iniziale dell'organismo, mentre specialmente negli ultimi decenni la totalità dei dati sperimentali sulla specie umana hanno dimostrato chiarissimamente che, esattamente al contrario,

TUTTE le suddette sintomatologie NEGATIVE e PATOLOGIE determinate dal consumo di frutta acida CRESCONO ESPONENZIALMENTE, ma la loro manifestazione è addirittura MOLTO PIU' VELOCE mano mano che, anche come stato iniziale, ci si avvicina, si raggiunge e si prosegue la fase FRUTTARIANA, cioè proprio in stadi MOLTO MENO intossicati, dimostrando e confermando per l'ennesima volta definitivamente che l'ARANCIA e la restante frutta acida, in realtà, determina una INTOSSICAZIONE TROPPO VELOCE

(tra l'altro, è anche notorio che tutte le lamentele massime contro le arance ed altra frutta acida, per sopravvenute sintomatologie negative, giungono soprattutto da fruttariani, proprio tanto più le introducono in stadio di fruttarismo avanzato; sono innumerevoli anche i casi di persone che, dopo MOLTI anni di fruttarismo senza frutta acida in ottima salute, introducendo poi arance o altra frutta acida hanno avuto in brevissimo tempo FORTE DEMINERALIZZAZIONE DENTALE e OSSEA o altri GRAVI DANNI ALL'ORGANISMO,

costringendo gli stessi ad rieliminare immediatamente tali frutti acidi, ritornando poi gradualmente in salute ottimale; inoltre,

tra i tanti casi di morte per consumo di arance è famoso in america il caso di due ragazzi tra i 20 e 30 anni di età, che, avendo consumato solo arance per oltre uno o due anni, pur in fase molto "disintossicata", sono improvvisamente MORTI;

da sottolineare che il secondo caso di morte è sopravvenuto con l'esperimento di sole arance iniziato solo dopo che era terminato quello del primo ragazzo, in quanto il secondo ragazzo nemmeno credeva che la morte del primo fosse dovuta alle arance);

- si deve ricordare altresì che, come sempre, tutte queste molecole acide o altamente tossiche per la specie umana contenute nella frutta acida, non sono tossiche solo ed esclusivamente per le poche specie animali a cui sono anatomo-fisiologicamente adatte (ad esempio riguardo le arance, sono specie-specifiche esclusivamente ad alcuni tipi di serpenti asiatici estremo-orientali che sono adatti alla struttura estremamente primitiva delle esperidee | agrumi|, o, al limite, all'elefante asiatico, anche se la specie-specificità con l'elefante, a rigore scientifico, è inesatta, in quanto l'arancia determina dei danni profondi secondari anche alla sua specie), dalla caratteristica di poterle mangiare con la buccia, fino alla complemetarità biochimica, che si può ottenere del tutto unicamente dopo almeno molti milioni di anni di co-evoluzione anatomo-fisiologica parallela nel medesimo ecosistema specie-specifico, cosa che non è accaduta assolutamente con la specie umana che si è co-evoluta quasi dall'altra parte del pianeta, in Africa centrale con la specie più evoluta delle rosacee, e che ha potuto introdurre nel mercato mondiale attuale anche le arance solo dopo numerose MODIFICHE ARTIFICIALI di appena un secolo e mezzo fa (come vedremo meglio più avanti), senza poter assolutamente toglierne la profondissima tossicità per la specie umana, vista l'IMPOSSIBILITA' TOTALEche la NATURA aveva dato alla nostra specie nel mangiarle (si ricorda che per milioni di anni l'uomo MAI ASSOLUTAMENTE potuto mangiare una sola arancia, proprio perchè, come vedremo meglio, già in NATURA è un frutto ALTAMENTE TOSSICO per la specie umana; anche persino gli arabi che, per la prima volta nella storia dell'uomo, lo portarono dal lontanissimo oriente fino pure in Europa, compreso in Sicilia, intorno all'anno mille, usavano l'arancia SOLO ed ESCLUSIVAMENTE per produrre profumi o analoghi, o come pianta ornamentale, ma ASSOLUTAMENTE MAI come consumo "alimentare")].

Meccanismo biochimico della DANNOSITA' ENORME della frutta ACIDA;

Differenziazione metabolica di quest'ultima nelle diverse situazioni "alimentari": ACIDOSI INDIRETTA (principalmente endocellulare) ed ACIDOSI DIRETTA (ematica)

Il metabolismo della frutta acida relativo all'acidosi del sangue (il sangue può sopportare un pH in acidosi fisiologica fino solo al valore, già pericolosissimo, di 7,35, al di sotto del quale avviene prima il coma per acidosi, poi addirittura la morte), è costituto fondamentalmente da un meccanismo biochimico che può essere di due tipi:

- ACIDOSI INDIRETTA, (più grave, ma meno evidente in tempi brevi, in quanto più interna nell'organismo), tipica delle fasi "alimentari" pre-fruttariane (da onnariana a vegan-crudista) e delle fasi di disintossicazione aspecifica (transizione e terapia);

- ACIDOSI DIRETTA, (meno grave, ma più evidente in tempi brevi, in quanto più esterna nell'organismo), tipica della fase "alimentare" fruttariana.

La prima cosa da sottolineare subito, è che comunque, in entrambi i casi, sia nell'acidosi indiretta che diretta, si determina comunque sempre una fortissima acidosi del sangue, che, come abbiamo visto, è proprio la cosa più grave in assoluto che possa succedere per la salute del sangue e quindi dell'intero organismo.

La differenza tra questi due meccanismi acidotici ematici, relativi al metabolismo della frutta acida, sta nel fatto che:

- nell'ACIDOSI INDIRETTA, che avviene soprattutto in un organismo molto o piuttosto intossicato aspecificamente, una minima parte delle molecole acidificanti della frutta acida (anche dette "acido-leganti") va a legarsi patologicamente con pochissime tipologie di strutture molecolari dannose, che sono solo una minima parte di tutte le tipologie di tossine aspecifiche acide del nostro organismo

  (tra quelle endocellulari; allo stesso tempo le molecole della frutta acida SONO ASSOLUTAMENTE INCAPACI DI LEGARSI ALLE SOSTANZE TOSSICHE ALCALINE),

  causandone inizialmente la diffusione anche nel plasma ematico (cioè proprio nel sangue) senza però NEMMENO neutralizzarle precedentemente, col risultato di AUMENTARE ENORMEMENTE, oltre che primariamente l'ACIDOSI ENDOCELLULARE CITOPLASMATICA (in fase di legame patologico), anche la già ESTREMA ACIDOSI del sangue determinata dalla frutta acida stessa, portandolo proprio ai limiti massimi di acidosi

  [del tutto contrariamente a moltissime sostanze biochimiche della MELA, dette ACIDO-NEUTRALIZZANTI (cioè che neutralizzano gli acidi); infatti, la MELA non solo riesce a togliere, invece, letteralmente TUTTE le tossine

aspecifiche, SIA ACIDE CHE BASICHE (tra queste ultime, come predetto, non solo i dannosissimi alcaloidi e analoghi costituenti molte sostanze secondarie killer dei cosiddetti "semi e verdure", ma anche molte sostanze alcaline altamente tossiche contenute naturalmente nei prodotti animali)

dal nostro organismo, ma addirittura NEUTRALIZZANDOLE prima, proprio in modo da evitare di far loro produrre altri danni anche in fase di eliminazione specialmente renale; anche per questo motivo, come vedremo meglio anche più avanti, la MELA è PERFETTA anche in fase di DISINTOSSICAZIONE aspecifica, dalla transizione "alimentare" alla terapia naturale postdetta,

consentendo pure finalmente la VERA DISINTOSSICAZIONE che, sempre come vedremo meglio, è sempre SOLO ed ESCLUSIVAMENTE ASINTOMATICA, senza cioè tutte le ERRONEAMENTE dette "crisi di disintossicazione", che non erano altro che, del tutto al contrario, CRISI di INTOSSICAZIONE (con, ad esempio, le arance, di tipo non chetonico, mentre col digiuno, di tipo chetonico)].

La situazione metabolica è poi ulteriolmente aggravata dal fatto che questa MANCANZA DI NEUTRALIZZAZIONE di questa minima tipologia di tossine aspecifiche acide (da parte delle predette sostanze della frutta acida), le porta a configurare una struttura molecolare particolare ASSOLUTAMENTE INFILTRABILE DAI RENI (più avanti vedremo meglio anche come l'eccesso di acido ascorbico |cioè vitamina C| che si ha specialmente con le arance in fase di riduzione proteica positiva |quindi fruttarismo|,può portare addirittura alla formazione di CALCOLI RENALI) [effetto opposto alla neutralizzazione tossiemica determinata dalle sostanze biochimiche della mela, la quale riesce, quindi, a far filtrare totalmente dai reni, e quindi a far espellere, senza assolutamente nessun danno, tramite le urine, anche tutte quelle sostanze tossiche aspecifiche, che, per effetto, invece, della pressione tossiemica acida totale determinata dalla frutta acida, vengono spesso solo minimamente ma fastidiosissimamente espulse anche dalle mucose nasali (a formare proprio il cosiddetto muco); da precisare, quindi, che l'eventuale muco espulso dalle mucose nasali per effetto della frutta acida, deriva per oltre il 98% dalle molecole acidificanti contenute nella frutta acida stessa, dopo un'interazione infiammatoria con le delicatissime mucose nasali (spesso è scambiato per "scioglimento di muco"): in altri termini, semplificando il concetto,

L'EVENTUALE MUCO NASALE E' COSTITUITO PROPRIO DALLA FRUTTA ACIDA STESSA,
CHE CI RIESCE, IN ALTRA FORMA, DAL NASO; sono quindi tossine che costituivano la frutta acida medesima],

i quali reni, quindi, dopo essere stati ulteriolmente danneggiati, nemmeno riescendo più ad espellerle tramite le urine, sono costretti a farle rimanere nel flusso ematico per lungo tempo, prolungando ulteriolmente il livello massimo di acidosi, ma addirittura l'organismo è costretto successivamente a reinserirle proprio esattamente nei settori endocellulari in cui erano state disastrosamente legate patologicamente senza una precedente neutralizzazione (quindi, proprio in maniera esattamente opposta alla perfetta azione biochimica della mela, con la frutta acida tutte le tossine aspecifiche rimosse RIMANGONO DEL TUTTO DENTRO L'ORGANISMO, dopo peraltro averlo disastrosamente danneggiato in assolutamente tutti i settori).

Quindi, una minima parte delle molecole acidificanti della frutta acida si lega solo ad una minima parte delle tipologie di tossine aspecifiche acide in sede endocellulare (dei tessuti in generale dell'organismo), causandone inizialmente la diffusione anche nel sangue, e determinando, di conseguenza, un acidificazione più potente addirittura di quella delle molecole acidificanti stesse della frutta acida, sia NEI FLUIDI CITOPLASMATICI di reazione di legame patologico (delle cellule di tutti i tessuti ed organi dell'intero organismo) che nel plasma ematico (del sangue stesso), fenomeno che poi è estremamente peggiorato dal fatto che questa minima tipologia di tossine acide, non potendo essere espulsa tramite i reni, RIMANE ADDIRITTURA NELL'ORGANISMO, fino ad essere riposta persino principalmente nei siti iniziali, col risultato finale di FORTE DANNEGGIAMENTO quindi di tutti i settori dell'organismo, proprio a cominciare dalla parte più INTERNA di esso, le singole cellule di ogni organo, portando questi ultimi, col tempo, a numerose patologie profonde e gravi, ANCHE A SECONDA DELL'ORGANO PIU' DELICATO DELLA PERSONA

(ad esempio, dall'accelerazione infiammatoria acidotica interna, alla trasfosmazione patogena acidotica od ossidativa di molte tipologie microrganismiche, da quelle virali fino a quelle batteriche, protozoiche e micotiche |tipico lo stafilococco o lo streptococco|, all'accelerazione poliamminica della mutagenesi e quindi della cancerogenesi, ecc.; su quest'ultima è sempre più spesso lanciato l'allarme da parte proprio della medicina ufficiale di tutto il mondo, compresa Europa e Stati Uniti d'America);

nell'acidosi indiretta, molto meno spesso il danno principale è in un settore esterno dell'organismo pure in quanto la maggior parte degli organi è interna (essendo l'acidosi indiretta più interna, i danni su ogni organo non solo sono più gravi, ma, proprio in quanto organi interni, le "patologie", sono anche meno velocemente sintomatiche oltre che meno letteralmente visibili, e, di conseguenza, la loro pericolosità sta anche in questo, in quanto, proprio perchè manifestano meno velocemente i primi sintomi chiari, possono essere, una volta evidenziate, talmente profonde, gravi ed avanzate da risultare addirittura quasi irreversibili).

LA FRUTTA ACIDA E' ENORMEMENTE DANNOSA IN TUTTE LE FASI DI "ALIMENTAZIONE" (dall'onnarismo al fruttarismo) E (esattamente per la sua fortissima acidosi indiretta, che causa anche una diffusione iniziale di una minima parte delle tipologie di tossine aspecifiche acide pregresse proprio pure nel sangue SENZA minimamente prima

neutralizzarle e poi eliminarle), ADDIRITTURA ASSOLUTAMENTE ANCHE IN TUTTE LE FASI DI DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, DALLA TRANSIZIONE "ALIMENTARE" (o perfezionamento "alimentare" personale), ALLA TERAPIA NATURALE (la disintossicazione aspecifica che vedremo nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne).

Infatti, sono MOLTISSIMI i danni organici, anche ossei e dentali, determinati dal consumo di frutta acida (a volte pure esclusivamente di frutta acida, ed alcuni determinati addirittura in pochi giorni), registrati PROPRIO ESATTAMENTE IN FASE DI DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA [sia in transizione "alimentare" che in terapia naturale (predetta)];

- nell'ACIDOSI DIRETTA, che avviene prevalentemente in un organismo molto disintossicato aspecificamente (come sempre un organismo, più è disintossicato, e più è di moltissimo maggiormente resistente a qualsiasi agente negativo), sono, appunto, totalmente le molecole acide ed acidificanti della frutta acida a produrre gli ioni H_3O^+ che acidificano il sangue (mai dimentichiamo che, ad esempio, l'ARANCIA è già di per se ESAGERATAMENTE ACIDISSIMA, avendo, anche se biologica e più "dolce", ADDIRITTURA pH 2,1 |!!!|), (come abbiamo già visto, la liberazione immediata in soluzione dei massacranti ioni H_3O^+, consente comunque loro di togliere elettroni a qualsiasi struttura molecolare del nostro organismo che toccano, sfaldandola letteralmente), proprio in quanto esse senza anche le poche tipologie di tossine aspecifiche acide endocellulari a cui legarsi patologicamente (che ovviamente peggiorerebbero di molto la situazione), si "limitano" ad acidificare prevalentemente il sangue, sempre però con tutte le conseguenze relative enormemente dannose anche predette, e, dunque, molto meno i settori endocellulari (quindi molto più interni ed addirittura profondi) di tutti i tessuti degli organi dell'intero organismo.

Di conseguenza, però, i danni all'organismo, pur essendo meno profondi, gravi e veloci (dell'acidosi indiretta), colpiscono i tessuti e i settori relativamente più esterni (e, anche per altri motivi predetti, prevalentemente più periferici) dell'intero organismo stesso, e, quindi, anche con visibilità e sintomatologia (a volte solo strumentale)non solo più evidenti, ma addirittura anche manifestate in tempi più brevi.

Questo significa che ANCHE (E, solo per l'aspetto temporale-sintomatologico, SPECIALMENTE)

I FRUTTARIANI 1 DEVONO IMMEDIATAMENTE E ASSOLUTAMENTE DIMINUIRE IL PIU' POSSIBILE LA FRUTTA ACIDA,

soprattutto le arance, che, tra l'altro, si usano più di frequente; inoltre, come predetto, DAL FRUTTARISMO 2 IN POI, DEVE ESSERE TOTALMENTE ELIMINATA, in entrambi i casi, proprio in quanto, pur subendo da essa danni meno profondi e gravi rispetto a quelli determinati nelle persone che conducono tutti gli altri modelli "alimentari" più tossici, li porta comunque, addirittura in un tempo sintomatologicamente PIU' BREVE, anche a loro, a danni organici ed inorganici MOLTO GRAVI, come quelli precedentemente elencati.

Comunque, in tutte le fasi "alimentari" PRECEDENTI al fruttarismo 2, non c'è bisogno di escludere totalmente la frutta acida, ma, anche (e, in termini temporali-sintomatologici, specialmente) nei fruttariani 1, E' DEL TUTTO FONDAMENTALE RIDURLA AL MINIMO POSSIBILE (mai più di una volta a settimana, in piccola quantità, assolutamente mai come primo frutto la mattina, e mai a stomaco vuoto).

Le spremute di frutta acida potenziano addirittura di più la tossicità della frutta acida stessa di partenza, in quanto la massima tossicità in assoluto è determinata dalla parte liquida della frutta acida, anche se la tossicità della parte più solida è solo di pochissimo inferiore.

LE PROVE SCIENTIFICHE DI QUESTA DANNOSITA' ENORME DELLA FRUTTA ACIDA SONO INFINITE;

l'effetto più lampante sono proprio gli enormi DANNI FISICI che la frutta acida (a cominciare dalle arance) ha determinato, anche in brevissimo tempo, ad innumerevoli persone in tutto il mondo

Le prove scientifiche sono a cominciare dagli stessi enormi DANNI FISICI che la frutta acida (statisticamente in maggiore misura proprio dalle arance, il cui consumo è maggiore) ha prodotto in tutti coloro, (specialmente i fruttariani che ne utilizzavano un po' di più) che la consumavano abbastanza spesso (i cui effetti sono letteralmente catastrofici, fino alla morte, come vedremo meglio più avanti, ma di fruttarismo effettuato con tutti i tipi di frutta, COMPRESO la frutta acida); proprio i moltissimi che ne consumavano un po' di più (di arance e la restante frutta acida) hanno avuto una

- continua letterale corrosione dentale che li ha portati, non attribuendo ciò alla frutta acida e quindi non diminuendola drasticamente, anche a giovanissima età (meno di 30 anni)

- gradualmente a perdere letteralmente anche tutti i denti (rimanendone uno o due, anche loro estremamente corrosi); molti che la consumavano abbastanza spesso hanno avuto

- le intere corone dentarie completamente corrose fino a diventare addirittura acuspidali, cioè completamente lisce; molti altri che la consumavano abbastanza spesso

- hanno gradualmente avuto danni all'apparato scheletrico, scoperta dopo una misurazione del calcio nelle ossa, molto patologicamente diminuito; moltissimi casi di persone che, credendo di disintossicarsi, hanno effettuato anche più di una settimana di sola frutta acida (anche con sole arance, solo pompelmi, ecc. o tutti i tipi di frutta acida),

- e, addirittura dopo pochi giorni dall'inizio, hanno avuto danni vistosissimi specialmente sulla superficie dei denti,

- spesso anche quella più fastidiosa, quella proprio sugli incisivi centrali superiori (anche perchè i più visibili anche dalle altre persone), e spesso addirittura con solchi profondi che attraversavano completamente tutta la superficie di entrambi gli incisivi superiori; addirittura lo stesso Ralph Cinque, un noto ex-sostenitore della frutta acida,

- ha dovuto urgentemente ammettere il fenomeno della dannosità enorme della frutta acida e avvertire (su numerose pubblicazioni) tutti i fruttariani e vegan-crudisti delle numerosissime persone che, usando spesso (e talvolta anche durante periodi esclusivi di frutta acida) la frutta acida (a cominciare proprio dalle arance)

- hanno riportato serissimi danni ai denti o all'intero sistema scheletrico; nell'intera bibliografia vegan, vegan-crudista o fruttariana

- sono frequentissimi i casi di narrazione dettagliata dei danni alla dentatura e allo scheletro, spesso raccontati in maniera addirittura allarmata e spaventata;

- moltissimi sono i casi anche di vegan e ancora di più di vegan-crudisti (oltre che di fruttariani) che, pur partendo da dentature sanissime, dopo alcuni mesi di colazione effettuata con tre o quattro arance tutte le mattine (ed il resto della giornata altri vegetali, come verdure e semi) pur mantenendosi quasi silente ed asintomatico il danno interno ai denti, esso è esploso IMPROVVISAMENTE e TREMENDAMENTE, con apparizione di una FORTISSIMA CORROSIONE DENTALE DI COLORE SCURISSIMO ED ORRIBILE A VEDERSI proprio specialmente sulla parte ANTERIORE (quella che si vede per prima quando si ride) delle intere arcate superiore ed inferiore (incisivi, canini, premolari e parte dei molari), portando anche alla DISPERAZIONE le persone stesse; TOGLIENDO le arance la mattina il danno BLOCCA immediatamente il suo peggioramento ma ormai

  IL GROSSO DEL DANNO E' APPARSO ALL'IMPROVVISO E DEL TUTTO INASPETTATO;

- moltissimi i casi di addirittura un sorprendente letterale taglio immediato della mucosa orale al semplice contatto con la frutta acida (specialmente con l'ananas, kiwi e limone), con conseguente perdita di sangue (spesso dalla parte interna del labbro inferiore, o persino dalla lingua stessa);

- moltissimi sono i casi (molti anche di fruttariani stessi) in cui, anche dopo non molto tempo, il solo contatto della frutta acida (specialmente arance) con i denti, provocava immediatamente in questi ultimi un fortissimo dolore in corrispondenza dei denti medesimi, o persino delle gengive;

- ma la cosa che ha meravigliato di più, è che moltissime testimonianze descrivono come il dolore fisico provato immediatamente al contatto della frutta acida con i denti, provenisse sorprendentemente proprio dall'interno dei denti stessi, alcune persone non sapendo nemmeno che il dente, nella sua struttura interna, è perfettamente vivo (contiene la polpa dentaria, anche molto irrorata dal sangue e molto innervata fino ai recettori neuronali) e quindi perfettamente in grado di far provare dolore;

- la casistica è sorprendentemente identica anche nell'estremo sud Europa e addirittura nella fascia intertropicale, dove anche la frutta acida più matura e "dolce", ha causato gli stessi identici danni (l'acido citrico e tutti gli altri acidi corrosivi sono presenti, infatti, comunque e sempre in maniera molto elevata);

- anche la casistica nei fruttariani, ad esempio, siciliani (che hanno un alto consumo soprattutto di arance) e persino svedesi, entrambi presenti in diversi congressi vegetariani, è molto precisa e solo ed esclusivamente contro la frutta acida che, anche Sicilia, sud della Spagna e della Grecia, oltre che in Svezia, ha danneggiato moltissime persone.

- sono poi anche i casi relativi a tutte le altre tipologie di danno fisico elencate nel primo paragrafo relativo alla dannosità enorme della frutta acida,

- dalla caduta dei capelli, fino anche quasi alla calvizie, anche in giovane età (in moltissimi casi addirittura sotto i 30 anni),

- all'infiammazione, anche violenta, specialmente di esofago e stomaco,

- alla formazione di dolorosissimi crampi, specialmente notturni,

- gli stessi nutrizionisti ufficiali ammettono testualmente che l'arancia e la restante frutta acida sono inizialmente ACIDIFICANTI a livello ematico, ma che poi, però solo dopo un certo numero di ore di estrema acidosi, fanno reagire l'organismo fino a far ritornare anche il sangue a pH quasi neutro (per questo nel passato si trovava qualche apparente contraddizione nei testi scientifici): tuttavia, la strumentazione più moderna ha finalmente consentito di provare che il faticosissimo e lunghissimo ritorno alla neutralità di pH ematico (a cui, appunto, accennavano anche i nutrizionisti ufficiali) dopo l'assunzione di frutta acida, avviene per un preciso atto DISPERATO dell'organismo che, dopo aver DANNEGGIATO ENORMEMENTE polmoni, reni e altri organi nel tentativo di rialcalinizzare il sangue dopo ad esempio il consumo di una arancia

  (si ricorda che il sangue, per consentire la stessa sopravvivenza dell'organismo, mai può assolutamente permettere di mantenere alterato il suo pH dal valore di 7,41, e, di conseguenza, in caso di acidosi, è costretto a PRIVARE molti delicatissimi organi di MOLTISSIME molecole BASICHE, DANNEGGIANDOLI ENORMEMENTE, proprio per cercare disperatamente di riportare almeno alla quasi neutralità il pH ematico), e, addirittura, non essendo ciò sufficiente, L'ORGANISMO E' COSTRETTO A PRELEVARE LO STESSO CALCIO DALLE OSSA

  (le ossa sono proprio la "banca del calcio" dell'organismo) e portarlo in soluzione acquosa nel sangue, proprio in quanto il calcio, essendo essendo poco elettronegativo, in soluzione libera ioni OH-, e, quindi, riesce a tamponare leggermente l'acidosi del sangue, provocando però l'inizio e la continuazione del processo di decalcificazione ossea e dantale, fino all'osteoporosi e carie sempre più gravi;

  IL FATICOSISSIMO QUASI RIPRISTINO DI pH DOPO L'ACIDOSI PROVOCATA DA ARANCIA (e altra frutta acida) (si ricorda che, nel caso dell'arancia, entra un sistema materiale ACIDISSIMO, addirittura a pH 2,1, estrema acidità che ovviamente l'organismo DEVE controbilanciare il prima possibile)

  E' A SPESE DELL'ORGANISMO, CHE E' COSTRETTO A DANNEGGIARE ENORMEMENTE

  MOLTISSIMI ORGANI PRIVANDOLI DELLE LORO ESSENZIALI MOLECOLE ALCALINE PUR DI EVITARE LA MORTE DELL'INTERO ORGANISMO (passando per il classico COMA PER ACIDOSI)

  (si ricorda che poi, anche se si raggiunge il pH quasi neutro, continuano i DANNI PROFONDISSIMI per la predetta IPEROSSIDAZIONE);

- questo è uno dei meccanismi principali con cui la frutta acida riesce a creare addirittura voragini di vuoto di calcio dentro le ossa, fino a letteralmente sgretolarle, iniziando proprio dalla parte del sistema scheletrico più esposta all'attacco degli acidi della frutta acida, cioè i denti:

- i denti, infatti, sono esposti in maniera più grave dall'interno, con il sangue acidificato che arriva proprio nella polpa del dente, che corrode il dente stesso proprio dalla superficie interna della camera pulpare, creando così la maggor parte del danno (anche sotto forma di carie), ed in misura minore dall'esterno con l'attacco diretto dei potenti acidi in fase stessa di masticazione e periodo successivo, in cui è stato, inoltre, chiaramente rilevato che, la corrosione esterna degli acidi continua anche dopo addirittura un qualsiasi risciacquo (anche con spazzolino e dentifricio o analoghi) dei denti (in quanto la corrosione esterna effettuata dagli H3O+ liberata dalla frutta acida, continua perfettamente all'interno dei micropori del dente).

- Va ricordato, inoltre, che anche nell'ANTICHISSIMA SAGGEZZA della CULTURA ORIENTALE, addirittura di TUTTE le culture orientali, soprattutto l'ARANCIA (ma pure TUTTA la frutta acida) è sempre stata vista come un frutto ALTAMENTE TOSSICO; ad esempio:

1) nella cultura antichissima AJURVEDA indiana, l'ARANCIA è considerata un frutto ASSOLUTAMENTE TOSSICO E ACIDIFICANTE, mentre la MELA è considerato proprio il frutto MIGLIORE IN ASSOLUTO per la salute umana, ma addirittura

ASSOLUTAMENTE L'UNICO FRUTTO AL MONDO CHE LA SPECIE UMANA PUO' MANGIARE;

2) nella cultura antichissima del TAOISMO cinese, l'ARANCIA è considerata un frutto ASSOLUTAMENTE TOSSICO E ACIDIFICANTE, mentre la MELA è considerato proprio il frutto MIGLIORE IN ASSOLUTO per la salute umana, ma addirittura

ASSOLUTAMENTE L'UNICO FRUTTO AL MONDO CHE LA SPECIE UMANA PUO' MANGIARE;

3) nella cultura con basi antichissime della MACROBIOTICA giapponese, l'ARANCIA è considerata un frutto ASSOLUTAMENTE TOSSICO E ACIDIFICANTE, mentre la MELA è considerato propro il frutto MIGLIORE IN ASSOLUTO per la salute umana, ma addirittura

ASSOLUTAMENTE L'UNICO FRUTTO AL MONDO CHE LA SPECIE UMANA PUO' MANGIARE;

ecc.;

Come si vede, a cominciare proprio da questi due frutti, anche in TUTTE le suddette ANTICHISSIME CULTURE ORIENTALI, i concetti sono TUTTI ASSOLUTAMENTE IDENTICI E CONCORDI (pure attualmente), esattamente come sono PERFETTAMENTE CONCORDI su questi concetti anche TUTTE le CULTURE più antiche e moderne OCCIDENTALI, dai PROVERBI e MITI più ANTICHI, fino alla SCIENZA biochimica e fisiologica PIU' MODERNA.

PROVE SCIENTIFICHE, AL MASSIMO LIVELLO MONDIALE, DELLA DANNOSITA' ENORME DELLA FRUTTA ACIDA

Ulteriori ultime conferme scientifiche assolutamente allarmanti nei confronti delle arance e della restante frutta acida arrivano anche proprio dai MASSIMI RICERCATORI MONDIALI, addirittura nel campo specialistico della odontoiatria.

Gli studi più avanzati in assoluto al mondo utilizzano persino un rivoluzionario microscopio a scansione verticale per analizzare nel dettaglio tutta la stuttura del dente come ad esempio molte ricerche condotte dalla University of Rochester medical centre di New York e pubblicate addirittura sul prestigioso "Jounal of Dentistry" americano, le quali, dopo numerosi anni di studi, arrivano alla tremenda conclusione che riportiamo testualmente:

"LE ARANCE E LA RESTANTE FRUTTA ACIDA POSSONO CORRODERE LO SMALTO FINO ALL'84% DEL TOTALE, DI FATTO MANGIANDOSI NEL TEMPO QUASI TUTTO IL DENTE";

come sintetizza efficacemente il dottor Yan Fang-Ren, capo dei ricercatori (sempre testualmente):

"L'ACIDO CONTENUTO NELL'ARANCIA E' COSI' FORTE CHE IL DENTE E' LETTERALMENTE SPAZZATO VIA".

Gli studi clinici hanno anche evidenziato l'altissima acidificazione ematica causata dalla frutta acida, compresa quella interna (della polpa dentale) alla stessastruttura dentale, determinando un altissima potenzialità corrosiva capace di una molto accelerata usura ed addirittura erosione dentale e di un aumento drastico dell'incidenza di carie.

Altre ricerche di dentisti specialisti americani hanno lanciato l'allarme evidenziando cifre davvero persino paurose. Hanno infatti evidenziato chiarissimamente che l'insieme di acidi contenuti nell'arancia (ma anche della restante frutta acida) sia così potente da riuscire a rovinare tutti i denti, persino in maniera gravissima.
E' stato, inoltre, chiaramente evidenziato che

QUESTO INSIEME DI ACIDI CONTENUTI NELLA FRUTTA ACIDA HA UNA AZIONE CORROSIVA, ANCHE DENTALE, ENORMEMENTE PIU' POTENTE ADDIRITTURA DEL PEROSSIDO DI IDROGENO, già molto aggressivo, contenuto, ad esempio, in prodotti sbiancanti.

Questi fenomeni sono dovuti anche al fatto che (mai dimenticare): gli acidi organici sono molto più potenti (quindi mai "deboli") sui sistemi materiali viventi, di quanto gli acidi inorganici lo siano sui sistemi materiali non viventi.

Questo anche perchè pur essendo il meccanismo chimico di base di azione di un acido organico assolutamente simile a quello di un acido inorganico (entrambi tendono a sottrarre elettroni alle strutture materiali che corrodono), allo stesso tempo, però, le strutture materiali organiche (come, ad esempio, il nostro corpo) sono infinitamente più delicate di quelle

inorganiche (come, ad esempio, una roccia). Verifica personale dell'acidificazione del sangue da parte della frutta acida mediante automisurazione del pH: UNICA PROCEDURA SCIENTIFICA

Siccome il sangue, come predetto, per la sopravvivenza stessa dell'organismo, deve avere pH costante a 7,41, e qualsiasi, anche piccolissima, variazione da questo valore è estremamente dannosa per la salute di ogni cellula, in caso di qualsiasi, anche minima, presenza di acidi nel sangue, la prima cosa che fa l'organismo è espellerli disperatamente e immediatamente il più possibile (anche se purtroppo una gran parte rimane e continua a creare anche le conseguenze citate in questo paragrafo) nel modo più diretto che può, cioè (mediante filtraggio renale) tramite le urine;

quindi se vogliamo renderci conto anche di persona quanto sia forte l'acidificazione del sangue determinata dalla frutta acida, a cominciare proprio dall'arancia, è sufficiente comprare una cartina misuratrice di pH (si trova anche in rotoletti che si vendono specialmente nei negozi di chimica vicino le università, o, al limite, ordinandola in farmacia) e, ovviamente, effettuando questa rilevazione SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con l' UNICA PROCEDURA SCIENTIFICA (di rilevazione modificatoria del pH ematico tramite urina):

siccome gli stessi termini "acidificante" o "alcalinizzante" sono relativi al pH ematico naturale specie-specifico perfetto della specie umana, cioè pH 7,41, l'unico modo per essere sicuri che la variazione del pH sia dovuta al "cibo" da misurare, e INALTERATA da altri "cibi" assunti in precedenza, o dall'interazione reciproca tra i due "cibi" stessi (circostanze che, con il trascorrere del tempo, possono far variare, o addirittura oscillare, il pH anche senza assunzione di cibo),

1) occorre innanzi tutto iniziare l'esperimento la mattina a STOMACO VUOTO, verificando prima che il pH sia STABILE al valore fisiologico naturale di 7,4 (al limite, tra 7,3 e 7,5, ma mai oltre questi due valori), cioè effettuando DUE MISURAZIONI di pH dell'urina (cioè di due volte diverse consecutive che si urina, a distanza di tempo l'una dall'altra compresa tra una e tre ore; si consiglia di usare la suddetta cartina, che deve toccare il flusso di urina in uscita solo per un ATTIMO, e subito dopo aspettando un MINUTO ESATTO |tempo di reazione chimica completa equilibrata| prima di leggere la misurazione confrontando il colore con la scala numerica posta sulla scatola relativa; non bisogna mettere l'urina in un contenitore, per non falsare il risultato, basta bagnare un solo attimo la cartina con l'urina mentre la si espelle) che devono avere LO STESSO IDENTICO pH a 7,4 (cioè anche se si misura prima 7,4 e poi 7,5, ancora è impossibile l'esperimento perchè vuol dire che il pH sta variando ancora per assestamenti fisiologici dovuti anche al "cibo" consumato nel giorno precedente; se questa condizione indispensabile di UGUAGLIANZA PERFETTA delle due prime misurazioni a stomaco vuoto mai si verifica anche per il resto del pomeriggio, allora bisogna rinunciare a fare l'esperimento quel giorno, approfittando di ciò per nutrirsi in modo più equilibrato affinchè si possa effettuare l'esperimento almeno il giorno dopo),

2) poi, ma si sottolinea solo ed esclusivamente se si verificano entrambe queste prime due predette condizioni del tutto INDISPENSABILI (stomaco VUOTO e 2 misurazioni precedenti perfettamente IDENTICHE tra loro e al pH SUDDETTO), immediatamente dopo questa seconda misurazione identica, si può consumare il "cibo" da misurare in una quantità compresa TRA i 5 e i 6 ETTI (UNICA quantità adatta per poter rilevare correttamente la variazione di pH relativa, considerando anche la nostra struttura digerente-assorbimentale e la volumetria ematica totale),

3) ed infine, ma SOLO dopo circa 1 ORA e MEZZA (dal termine del consumo del suddetto "cibo"; mai meno di 1 ora e 20 minuti e mai più di 1 ora e 50 minuti; questo per rilevare la variazione del pH dovuta al "cibo" da misurare e invece che dovuta agli assestamenti compensatori pre-post- misurativi dovuti alla reazione stessa dell'organismo al "cibo" introdotto), misurare il pH della PRIMA urina che si elimina (cioè non delle successive volte che si va ad urinare; misurarlo esattamente nel modo suddetto; dovrebbe venire spontanea nei tempi predetti, ma se dovesse giungere lo stimolo prima, cercare di trattenerla fino al tempo minimo suddetto, se dovesse giungere lo stimolo dopo, cercare di espellere almeno un minimo di urina per la misurazione entro il suddetto tempo massimo, senza però, nel frattempo, mai bere o consumare niente, nemmeno un goccio d'acqua, in quanto qualsiasi cosa interagisce con l'organismo modificando la misurazione da effettuare); ora, se quest'ultimo valore di pH rilevato è inferiore al valore delle due misurazioni identiche precedenti, allora quel "cibo" consumato si dice ACIDIFICANTE, al contrario, se superiore si dice ALCALINIZZANTE, infine, se uguale (cosa capace di fare perfettamente nell'organismo umano disintossicato solo la mela rossa stark) si dice pH INALTERANTE.

Ovviamente, per capire se un "alimento" è alcalinizzante o acidificante, CONTA SOLO la misurazione della PRIMA urina predetta, perchè l'ORGANISMO, dopo una qualsiasi variazione di pH ematico (rilevabile appunto correttamente solo nella prima urina), TENDE DA SOLO (come abbiamo visto, PURTROPPO DANNEGGIANDO MOLTISSIMI ORGANI) a riportare velocemente il pH al suo valore ottimale di 7,41, proprio per la sua stessa SOPRAVVIVENZA, e ,quindi, dalla seconda urina in poi, qualsiasi sia la cosa da misurare che si è mangiata (e se non si è mangiato dopo altro che determina una variazione di pH), l'ORGANISMO STESSO RITENDE sempre il più possibile a quest'ultimo valore.

Da ricordare inoltre che, per l'effetto enormemente modificatore dell'interazione fisiologica tra "cibi" diversi, si può effettuare l'automisurazione di UN SOLO "cibo" al giorno.

Quello che noterete con questo metodo di automisurazione, ma solo se perfettamente applicato con l'UNICA

PROCEDURA SCIENTIFICA (predetta), sarà, ad esempio, che, mentre mangiando circa tre MELE ROSSE STARK otterrete un pH proprio di 7,4, cioè ASSOLUTAMENTE PERFETTO, mangiando circa due AVOCADO otterrete un pH mediamente compreso tra 8 e 9, cioè TROPPO ALCALINO (anche l'alcalosi è dannosa, anche se meno dell'acidosi), e mangiando circa tre ARANCE (sempre tramite l'UNICA procedura scientifica predetta) otterrete un pH ESTREMAMENTE ACIDO, mediamente compreso tra ADDIRITTURA 5,5 e 6,5, indice chiarissimo che il sangue stesso è in GRAVISSIMA ACIDOSI, determinando tutti i DANNI GRAVI all'organismo descritti in questo capitolo.

[Inoltre, come sarà meglio descritto nei paragrafi relativi al melarismo salutare, se si effettua un periodo più lungo (ad esempio un mese) di SOLO MELE ROSSE STARK (almeno biodinamiche), (ovviamente partendo dall'impostazione del fruttarismo 2 finale corretta, e cioè, per sicurezza, non essendo ancora disintossicati totalmente, con pH urinario superiore ad almeno 8,5, ottenuto consumando una quantità maggiore di avocado e zucca) si noterà che dopo alcuni giorni (anche due o tre) il pH urinario si assesterà gradualmente sul VALORE FISIOLOGICO NATURALE PERFETTO di pH 7,4, mantenendolo poi SEMPRE COSTANTE addirittura 24 ore su 24 (salvo, inizialmente, eventuali minime variazioni rarissime e di poche ore dovute solo ad assestamenti metabolici momentanei relativi ad intossicazione precedente);

però attenzione: evitate assolutamente esperimenti di monodieta con qualsiasi altro frutto (o, enormemente peggio, con cose diverse da frutta) per verificarne il pH o solo per "curiosità", in quanto i danni sul vostro organismo sono sempre profondi e propozionalmente gravi in base all'allontanamento dalla mela rossa stark verificabile nella predetta scala di tossicità dei "cibi" (se proprio fate fatica a resistete a questa "curiosità" altamente tossica, o, al limite, per verificare l'acidificazione o alcalinizzazione determinata da un determinato frutto che non riuscivate a verificare per l'alterazione del pH dovuta a frutti consumati anche nei giorni precedenti |si ricorda che, ad esempio, la frutta alcalinizzante, cioè la frutta grassa e la frutta ortaggio, ha la capacità di far perdurare l'effetto alcalinizzante anche fino a molti giorni dopo la loro assunzione|

MAI superare una settimana, ma si ribadisce che i danni si subiscono dalle prime ore, di conseguenza a maggior ragione nei giorni interi, quindi |a parte l'unica suddetta possibile piccolissima eccezione solo nel caso che la misurazione del pH è alterata da frutti, o altro, consumati nei giorni precedenti| MAI fate nemmeno UN giorno di monodieta di frutto diverso da mela rossa stark;

infatti, specialmente nel fruttarismo, si impara presto che è già totalmente più che sufficiente leggere ATTENTISSIMAMENTE le reazioni anche MINIME fino a quelle apparentemente insignificanti di ogni frutto SUL VOSTRO ORGANISMO, seguendo SOLO ed ESCLUSIVAMENTE il predetto FRUTTARISMO SOSTENIBILE, e vi accorgerete che ogni dubbio e curiosità ve li potrete togliere analizzando perfettamente appunto le VOSTRE STESSE REAZIONI e SENSAZIONI anche infinitesime |positive e negative| a cominciare dall'introduzione di quel frutto nella vostra bocca, fino alla masticazione, alla deglutizione, alla digestione, assorbimento ed assimilazione fino alle poche ore seguenti, senza arrivare mai a superare le 6 ore successive (di monofrutto diverso da mela rossa stark) non riequilibrando con le altre tipologie di frutta, sempre seguendo l'impostazione esclusivamente del FRUTTARISMO SOSTENIBILE; basterà questa vostra personale analisi perfetta delle vostre reazioni e sensazioni anche minime, per arrivare alla stessa conclusione cui sono arrivate TUTTE le persone su questo pianeta che lo hanno già fatto fin nei minimi dettagli, e cioè che, anche a livello personale di esperienza diretta, LA SENSAZIONE DI SALUTE PERFETTA CHE DA' LA MELA ROSSA STARK NESSUN ALTRO FRUTTO LA DA' |o altro "cibo"| AL MONDO.

Naturalmente ciò è fondamentale perchè colui che ve lo farà profondamente sentire non sarà più uno scienziato, un libro, o qualsiasi altro elemento esterno a voi, ma addirittura IL VOSTRO STESSO ORGANISMO, che ovviamente , essendo esattamente un "pezzo" di NATURA, in pratica, si ottiene che E' ESATTAMENTE LA NATURA STESSA A DIRVELO].

Meccanismi mentali ENORMEMENTE ERRONEI in cui spesso cadono i fruttariani, specialmente riguardo la frutta acida Il meccanismo mentale erroneo principale in cui cadono molti dei fruttariani (di tutto il mondo) è il seguente: "siccome la frutta acida è frutta, come può farci male?".

Come abbiamo, invece, visto nei capitoli precedenti, esistono moltissimi frutti addirittura velenosi (esattamente mortali, altri ad altissima tossicità) per la specie umana, per il semplicissimo motivo che sono adatti ad altre specie animali, dotati di una biochimica completamente diversa dalla nostra.

Per l'esattezza, esistono addirittura circa 240.000 tipi di frutta nel mondo, di cui, però, persino oltre il 99% di essi è velenoso o altamente tossico per la specie umana.

Come abbiamo infatti già analizzato, in natura e' inesistentel'"onnivorismo fruttariano", ma ogni frutto si è co-evoluto in un ecosistema diverso, con un clima diverso, spesso persino in un continente diverso, con specie animali co-ecosistemiche assolutamente diverse, specializzatesi quindi, persino in moltissimi milioni di anni, solo ed esclusivamente con i frutti di quello stesso ecosistema specie-specifico.

LE ARANCE (E GLI ALTRI AGRUMI) SONO FRUTTI DI ORIGINE ASIATICA, E ADDIRITTURA DEL TUTTO ASIATICA ORIENTALE (PERSINO CINA ORIENTALE, QUASI SOTTO IL GIAPPONE), E, DI CONSEGUENZA, LE ARANCE SONO ADATTE A SPECIE ANIMALI DEL TUTTO ASIATICHE ORIENTALI E PARICOLARISSIME, CO-EVOLUTESI PER

MOLTISSIMI MILIONI DI ANNI CON ESSE, (come elefanti, ed alcuni tipi di serpenti ed uccelli; gli antichi già lo sapevano benissimo, infatti la stessa parola "arancia" deriva dall'antichissimo sanscrito "nagaranga", che significa esattamente "frutto per elefanti"), mentre la specie umana ha nessuna assolutamente relazione con quei parametri ecosistemici essendo nata, formatasi ed evoluta, per moltissimi milioni di anni, solo ed eclusivamente in Africa, e, come abbiamo visto,in una particolarissma zona dell'Africa, e con parametri fisici, chimici, altimetrici, ecosistemici, ecc. del tutto unici rispetto a qualsiasi altra parte dell'intero pianeta, e, di conseguenza, in co-evoluzione solo ed esclusivamente con le rosacee, ed in particolare il melo.

Altro meccanismo mentale erroneo in cui cadono spesso i fruttariani (di molte parti del mondo) è quello di pensare che, se non si usa frutta acida, d'inverno non si possa mangiare niente altro: invece, esattamente al contrario, le mele ci sono assolutamente tutto l'anno, anche per i meloni c'è la varietà invernale, le banane si vendono anche d'inverno, le pere lo stesso, ma anche tutti i tantissimi tipi diversi di olive, avocado, ma ancora, (e anche biologici) pomodori, cetrioli, zucchine, zucca, peperoni, melanzane, ecc., siccome quando nel nord del mondo è inverno, nel sud del mondo è contemporaneamente una caldissima estate (essendo noi una specie assolutamente intertropicale e quindi del tutto inadatta all'inverno) possiamo mangiarne tranquillamente anche tutta la frutta perfettamente estiva proveniente (come pesche, albicocche, prugne, fichi, ma anche uva, ciliegie, meloni estivi, angurie, kaki, mango, papaia, ecc.) che (come anche quella di serra biologica) è comunque estremamente più salutare di moltissima frutta cosiddetta "di stagione" (come appunto le intossicanti arance e gli agrumi in genere).

Proprio per motivi SALUTISTICI, un fruttariano che vive fuori della fascia intertropicale MAI DEVE ASSOLUTAMENTE escludere i frutti cosiddetti "fuori stagione", in quanto la SPECIE UMANA con le stagioni non ha biologicamente nè filogeneticamente assolutamente nessuna relazione, essendo una specie ancora oggi a completa STRUTTURA BIOCHIMICA assolutamente INTERTROPICALE (ricordiamo che la specie umana è nata in AFRICA INTERTROPICALE e nella fascia intertropicale E' INESISTE l'inverno; infatti, ancora oggi, siamo una specie animale che, fuori della fascia intertropicale, è assolutamente costretta a vestirsi, diventando L'UNICA SPECIE ANIMALE CHE SI VESTE, e dimostrando ulteriolmente così che il clima extratropicale e' totalmente inadatto alla nostra specie).

LA SPECIE UMANA E' UNA SPECIE A FISIOLOGIA INTERTROPICALE, QUINDI, PROPRIO PER LA NOSTRA SALUTE, MAI DOBBIAMO DARE LA PRECEDENZA ALLA STAGIONALITA' DI UN FRUTTO, MA ALLA SUA MATURAZIONE TERMICA [la SPECIE UMANA è fisiologicamente ADATTA ad un frutto il cui processo fitofisiologico di MATURAZIONE sulla pianta avviene SOLO ed ESCLUSIVAMENTE IN AMBIENTE A TEMPERATURA INTERTROPICALE (almeno 25 gradi centigradi), visto che i frutti che attuano il processo di maturazione nel FREDDO (come soprattutto le arance e gli altri agrumi, che fuori dalla fascia intertropicale maturano e si raccolgono normalmente d'inverno, anche dicembre e gennaio, contrariamente alla mela, che, anche fuori dalla fascia intertropicale matura e si raccoglie principalmente da luglio a settembre, cioè proprio nel periodo più caldo in assoluto: d'ESTATE), a causa della ESTREMAMENTE MINORE energia cinetica in tutti i DELICATISSIMI miliardi di reazioni biochimiche maturative, dalla fase cloroplastica fino alla fase cromoplastica stessa, producono sostanze con strutture molecolari TOSSICHE per la nostra specie (per le arance e gli altri agrumi queste strutture molecolari TOSSICHE dovute alla devastante maturazione FREDDA, si aggiungono alla già micidiale loro TOSSICITA' per tutti i motivi biochimici di predetta aspecifità rispetto alla specie umana)].

Tradotto in termini pratici, PROPRIO PER LA SALUTE, nel FRUTTARISMO attuato fuori dalla fascia intertropicale, D'INVERNO, oltre alle mele maturate all'aperto nel loro periodo caldo o tiepido più vicino possibile, si DEVONO ASSOLUTAMENTE consumare ANCHE frutti IL CUI PROCESSO FISIOLOGICO DI MATURAZIONE sulla pianta E' AVVENUTO IN AMBIENTE CALDO, cioè attraverso MATURAZIONE TERMICA, PROPRIO COME QUELLO CONSENTITO DA UNA SERRA BIOLOGICA (come la frutta ortaggio, tipo pomodori, cetrioli, ecc.) OPPURE PER IMPORTAZIONE DA UNA ZONA CALDA DEL PIANETA (come avocado, banane, altra frutta dolce, ecc.); (come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica moderna, ciò ha anche un impatto ambientale diretto ed indiretto sempre ENORMEMENTE INFERIORE rispetto al consumo di cosiddetti "cibi" diversi da frutta, anche se cosiddetti "di stagione" o "locali").

D'INVERNO E' LA SPECIE UMANA STESSA AD ESSERE BIOLOGICAMENTE DEL TUTTO "FUORI STAGIONE"; infatti, al di fuori della fascia intertropicale, D'INVERNO, E' GIA' LA SPECIE UMANA STESSA AD ADDIRITTURA VIVERE COSTANTEMENTE IN "SERRA":

le CASE sono riscaldate (sono una vera e propria SERRA per una specie intertropicale come noi), le AUTOMOBILI sono riscaldate (vera e propria SERRA), gli UFFICI sono riscaldati (vera e propria SERRA), e lo stesso vale per cinema, teatro, ristorante, ecc., senza contare che ci muoviamo costantemente (addirittura 24 ore su 24) dentro VESTITI, che, anch'essi, sono delle vere e proprie SERRE.

D'INVERNO ADDIRITTURA PROPRIO IL NOSTRO STESSO ORGANISMO VIVE COSTANTEMENTE IN SERRA, a maggior ragione, PROPRIO PER MOTIVI SALUTISTICI, (dovuti anche alla COMPLEMENTARITA' BIOCHIMICA tra maturazione TERMICA e nostra fisiologia di specie INTERTROPICALE) per coloro che ancora vivono FUORI della fascia intertropicale, d'INVERNO possono, e addirittura DEVONO mangiare anche i frutti biochimicamente ADATTI al CLIMA SPECIE-SPECIFICO per la SPECIE UMANA: esattamente i frutti "DI STAGIONE UMANA" [cioè proprio i cosiddetti "fuori stagione" (importati o di serra biologica)]; (si ricorda che il fruttarismo, per essere SOSTENIBILE, anche per

controbilanciare l'effetto leggermente acidificante della frutta dolce, comprese le FONDAMENTALI banane, DEVE ASSOLUTAMENTE contenere la frutta ALCALINIZZANTE, come avocado e frutta ortaggio); [tutto ciò, fermo restando che, ovviamente, se fossimo tutti in ambiente intertropicale i frutti ideali sono sempre quelli della propria terra personale, o, al limite, della propria zona (e non importati nè di serra)].

Visto anche che il fruttariano sostenibile già conduce uno dei MASSIMI livelli di alimentazione in assoluto, può e soprattutto DEVE consumare la frutta nel modo predetto, SENZA FALSI PERFEZIONISMI (come escludere d'inverno i suddetti frutti ALCALINIZZANTI, solo perchè sono di "serra" o "importati", mentre come abbiamo visto d'INVERNO sono proprio esattamente GLI UNICI DI VERA STAGIONE umana, contrariamente a quelli maturati nel freddo), che, col tempo, portano assolutamente ad abbandonare il preziosissimo fruttarismo stesso, essendo poi costretti (proprio per una eccessiva autolimitazione addirittura ENORMEMENTE DANNOSA, specialmente per la propria SALUTE) a rientrare proprio nella cosa PEGGIORE IN ASSOLUTO PER LA SALUTE in cui può cadere un fruttariano: come abbiamo già visto, i predetti CADAVERI (cioè la cosiddetta "verdura", "semi", ecc.).

Ciò comporta un danno ENORME anche per l'intero pianeta visto che, come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, l'impatto ambientale diretto ed indiretto relativo a "verdure" e "semi" è sempre di MOLTISSIME VOLTE più alto di qualsiasi frutto di SERRA o IMPORTATO.

Se si seguono TUTTE queste FONDAMENTALI ma semplici indicazioni, si noterà in poco tempo che anche

PROPRIO d'INVERNO con il FRUTTARISMO SOSTENIBILE CI SI TROVERA' ADDIRITTURA ENORMEMENTE MEGLIO RISPETTO A QUALSIASI ALTRA "ALIMENTAZIONE" PRECEDENTE (dal vegan-crudismo all'onnarismo) SOTTO TUTTI I PUNTI DI VISTA;

infatti, in fase fruttariana SOSTENIBILE persino la sensazione di freddo durante l'inverno SARA' MOLTO MINORE e MOLTO MENO SOFFERTA rispetto a qualsiasi altra "alimentazione" precedente; ciò pure in quanto oltre a non subire gli effetti molto negativi dell'ALTERAZIONE dell'intero sistema di TERMOREGOLAZIONE dell'organismo dovuto alle sostanze tossiche delle ARANCE e restante frutta acida [compresa l'acidificazione e iperossidazione del sangue che già di per sè AUMENTANO MASSIMAMENTE la sensazione di freddo, corrodono e alterano lentamente l'intero apparato COLLAGENICO e ADIPOSO, (che contribuiscono moltissimo a proteggerci anche dalla sensazione più sofferta di freddo), ecc.],
al tempo stesso si attua un INDISPENSABILE utilizzo della frutta grassa, che ottiene sia l'equilibrio acido-base OTTIMALE del sangue, sia una SOSTITUZIONE graduale di TUTTI i grassi tossici del nostro vecchio ed INTOSSICATISSIMO tessuto adiposo molto meno efficace anche nella protezione dal freddo, ecc.

Altro falso perfezionismo è quello, nella fase fruttariana, di escludere le OLIVE, solo perchè quelle in commercio quasi sempre contengono del sale: prima di tutto bisogna sempre considerare che il nostro organismo ha sempre un bisogno assoluto di gradualità, e, di conseguenza, considerata la tossicità estrema della "alimentazione" dalla quale proveniamo, fatta anche di "cibi" cotti, conditi in innumerevoli modi diversi, ecc., specialmente inizialmente, anche i primi mesi, le olive, proprio anche perchè contengono un po' di sale, conferiscono all'organismo proprio quel minimo di gradualità detossicante necessaria;

- poi bisogna sempre considerare che i frutti grassi che abbiamo maggiormente a disposizione sono solamente due, avocado e proprio le olive, e che, di conseguenza, specialmente inizialmente, le olive sono, invece, ENORMEMENTE importanti sia per l'alcalinizzazzione fondamentale dell'organismo (anche col sale, le olive sono sempre decisamente alcalinizzanti), sia per il mantenimento del peso, in una fase delicata di uscita da tossine anche grasse, sia per l'importante azione ipoglicemica di equilibrio, nella fase fruttariana, in cui l'organismo e' impossibilitato a resistere a rimanere fruttariano a lungo se predomina la leggera iperglicemia determina dalla frutta dolce diversa da mela, proprio in quanto inadatta alla specie umana, ecc.

- infine, se successivamente si vuole evitare il sale delle olive, ci sono 4 soluzioni principali:

1) prima di consumarle si sciacquano, anche più volte, fino ad eliminarlo quasi o praticamente del tutto (se fosse poco, è sufficiente lasciarle nell'acqua nuova più ore);

2) si usa il metodo di deamarizzazione più semplice e naturale: cogliendole mature dall'albero, si mettono direttamente in un barattolo (senza nè acqua, nè sale), si chiudono col coperchio ben stretto (in modo che non passi l'aria) e si lasciano per circa un mese (senza mai aprirlo; le olive stesse rilasciano delle sostanze aeriformi che ne tolgono l'amaro); [se non si possiedono ulivi, basta pagarle ad un contadino (assicurandosi che siano olive da tavola e mature) in fase stessa di raccolta, anche chiedendo di poterle prendere da soli];

3) si raccolgono le olive secche direttamente da terra principalmente sotto ulivi incolti (essendo secche hanno meno polpa, se si raccolgono dopo un giorno di pioggia la polpa è anche più morbida e gustosa);

4) si acquistano direttamente senza nè acqua nè sale (molte ditte, presenti anche su internet, usano pure il metodo di deamarizzazione naturale del suddetto punto 2).

Sempre nella fase fruttariana, l'avocado è anche ENORMEMENTE importante (per i motivi analoghi a quelli predetti relativi alle olive), e, soprattutto se dovesse piacere poco, occorre necessariamente mangiarlo a fettine tagliate per lungo e sbucciate volta per volta (ciò conferisce all'avocado un sapore molto più gustoso, oltre che la minima ossidazione del frutto stesso).

Sempre nella fase fruttariana, anche la frutta ortaggio è MOLTO importante, specialmente per bilanciare la predetta leggera iperglicemia e leggera acidosi determinate dalla frutta dolce diversa da mela. Questi aspetti di equilibrio biochimico-fisiologico in fase fruttariana verranno analizzati meglio più avanti.

SINTESI SCIENTIFICA: GLI 8 PARAMETRI BIOLOGICI FONDAMENTALI DELL'ARANCIA (E GLI ALTRI AGRUMI) SONO NON SOLO ASSOLUTAMENTE DIVERSI, MA ADDIRITTURA DEL TUTTO OPPOSTI AGLI ANALOGHI DELLA SPECIE UMANA

Il fatto che, in particolare, l'arancia (e gli altri agrumi) è un frutto inadatto alla specie umana, ed è addirittura, tra quelli considerati commestibili, il frutto più tossico in assoluto per la specie umana stessa, è scientificamente persino totalmente banale, anche e soprattutto (motivi causali) per i seguenti 8 parametri biologici fondamentali:

1) **ORIGINE FILOGENETICA** Come abbiamo già accennato, l'origine evolutiva di un qualsiasi cibo è persino essenziale per capire la specie-specificità di un cibo rispetto ad una specie animale; la co-evoluzione nello stesso ecosistema per almeno molti milioni di anni, è il fenomeno biologico assolutamente indispensabile per giungere alla complementarizzazione anatomo-fisiologica minima tra la specie animale ed il cibo a lei naturalmente adatto.

Ora, come accennavamo, mentre la specie umana ha vissuto i suoi primi 5,2 milioni di anni solo ed esclusivamente in Africa, esattamente nella zona della Rift-Valley, all'altezza dell'equatore, in strettissima co-evoluzione con le rosacee, ed in particolare il melo (per i dettagli paleobotanici vedere il capitolo relativo alla paleoantropologia moderna), a ben 800 metri di altitudine, L'ARANCIA (e gli altri agrumi), del tutto al contrario, E' COMPARSA QUASI DALLA PARTE OPPOSTA DEL PIANETA, nell'area più orientale della attuale Cina, praticamente nella parte continentale quasi sotto il Giappone, in strettissima co-evoluzione con i proboscidati, in particolare l'elefante (che ha esattamente proprio la stessa origine filogenetica dell'arancia, Cina orientale), ma soprattutto una parte dei rettili, in particolare alcune specie di serpenti asiatici, e, infine, poche specie di uccelli asiatici.

L'arancia è, infatti, un frutto specie-specifico esattamente per le suddette specie animali, che, tra l'altro, come sempre succede per le specie naturalmente adatte ad un frutto,

LA MANGIANO DEL TUTTO GUSTOSAMENTE CON TUTTA LA BUCCIA,

in maniera completamente opposta alla specie umana, che, infatti è costretta a sbucciarla (anche per la tossicità ancora maggiore delle sostanze chimiche presenti in essa, che sono invece assolutamentesalutari per le predette specie animali).

L'ARANCIA E' UN FRUTTO BIOLOGICAMENTE ADATTO AD ELEFANTI, ALCUNI SERPENTI, E ALCUNI UCCELLI (a rigore scientifico, solo come cibo di riassetto H).

I popoli antichi già conoscevano perfettamente queste nozioni biologiche di base, tanto è vero che, tra l'altro, come predetto, il termine stesso "arancia" deriva dalla parola antichissima sanscrita "nagaranga" che significa esattamente proprio "frutto per elefanti" (il temine "nagaranga" è anche associato a "serpente", e questo conferma ulteriolmente anche i dati eco-sistemici e filogenetici moderni).

La correlazione biologica tra arancia e serpente era inoltre conosciuta anche dagli antichi popoli europei (dopo già le primissime esplorazioni asiatiche), tanto è vero che, tra l'altro, già nella mitologia greco-romana, i giardini di aranci erano non solo considerati essere in posti lontanissimi (asia, appunto; nemmeno gli antichi romani o greci hanno assolutamente mai consumato arance, anche perchè, come vedremo meglio più avanti, l'arancia è sempre stato un frutto talmente tossico, addirittura quasi velenoso, che è stato introdotto in Europa solo in tempi recenti, ma iniziato a consumare dall'uomo solo dopo essere stato enormemente modificato artificialmente con più di 250 anni di incroci, cioè addirittura dopo il 1850, appena poco più di un secolo fa) ma addirittura in cui l'animale sempre presente negli aranceti era solo ed esclusivamente un serpente (il giardino delle Esperidi era infatti un aranceto, posto in un luogo lontanissimo, ed avente come "custode" fisso abitante in loco, solo ed esclusivamente un serpente, raffigurato anche in molte rappresentazioni scultoree).

2) **ECOSISTEMA ADATTO** Anche la tipologia ecosistemica adatta all'arancia è assolutamente opposta a quella relativa alla specie umana; mentre quella umana è una specie biochimicamente tipicamente equatoriale (siamo infatti, come specie umana, vissuti in area equatoriale tutti i 5,2 milioni di anni iniziali, oltre che i precedenti oltre 60 milioni di anni sotto forma dei nostri antenati; per questo ancora oggi fuori della fascia intertropicale siamo costretti a vestirci, perchè il clima esterno ad essa è assolutamente inadatto alla nostra specie), quella dell'ARANCIO E' UNA SPECIE biochimicamente che non solo non è equatoriale, ma ADDIRITTURA NEMMENO E' INTERTROPICALE [l'arancio è una specie assolutamente di origine extratropicale (area Cina extratropicale), infatti, tra l'altro, è uno dei pochi alberi fruttiferi che mai perde le foglie d'inverno (extratropicale) (come tutti gli agrumi, che, infatti, hanno analoga origine filogenetica), in maniera proprio del tutto opposta anche al melo (come abbiamo già visto, un albero perde tutte le foglie solo se è fuori dal suo ecosistema, come il melo, che, infatti, nel suo ecosistema naturale, quello equatoriale umano |Rift Valley|, non perde mai le foglie)].

3) **COMPATIBILITA' ANATOMICO-MORFOLOGICA** La compatibilità anatomo-morfologica tra arancio e specie umana è completamente assente, per molteplici motivi, tra i quali uno è costituito dal dato di fatto che il selvatico dell'ARANCIO (l'albero naturale) PRESENTA SEMPRE NUMEROSISSIME SPINE, GRANDI ADDIRITTURA COME TAGLIENTISSIMI ACULEI, ma anche persino la maggior parte degli aranci coltivati e modificati dall'uomo le continua a presentare.

L'arancio si conferma ulteriolmente essere quindi una pianta adatta solo ed esclusivamente a specie animali che mai soffrono minimamente di queste grandi spine (dolorosissime per l'uomo e capaci di tagli profondissimi; la casistica di ferite, anche molto gravi, da aculei d'arancio nel mondo è alta), proprio come l'elefante, che ha una pelle talmente spessa e coriacea che nemmeno le sente, o, appunto, il serpente, la cui locomozione sulla struttura arborea dell'arancio viene addirittura agevolata dalla presenza degli aculei, su cui spesso fa perno per muoversi, o, ancora, un uccello, che con locomozione aerea diretta, non deve nemmeno arrampicarsi per raggiungere il frutto.

4) **COMPATIBILITA' BIOCHIMICO-FISIOLOGICA** La compatibilità biochimico-fisiologica tra specie umana e arancio è ancora più assente, con evidenza persino relativa alla presenza eventuale nella stessa zona di entrambe le specie.

SPESSO ADIRITTURA LA SOLA VICINANZA AD ALBERI DI ARANCIO PROVOCA NELLA SPECIE UMANA REAZIONI RESPIRATORIE PATOLOGICHE ANCHE GRAVI, e la casistica mondiale riscontra casi anche di orticaria molto grave.

Ciò è dovuto alla liberazione da parte dei tessuti dell'arancio di molte sostanze aeriformi altamente tossiche per la specie umana (tra cui anche i cosiddetti olii volatili, di cui è particolarmente ricco).

Quindi, A RIGORE SCIENTIFICO, ANCHE LA SOLA VICINANANZA A STRUTTURE ARBOREE DI ARANCIO E' TOSSICA. Questo dato scientifico vale per tutto il taxon sistematico degli agrumi.

5) **COMPATIBILITA' CARPICO-ANATOMICA** La struttura carpica (del frutto) dell'arancia è totalmente incompatibile con la specie umanaper motivi strutturali esterni ed interni.

LA STRUTTURA DELLA BUCCIA DELL'ARANCIA E' INCOMMESTIBILE PER LA SPECIE UMANA, MA RISULTA PERSINO ANCORA PIU' DECISAMENTE TOSSICA (anche per la maggiore concentrazione degli olii volatili tossici).

La struttura interna non solo presenta spicchi che CONTENGONO VESCICOLE RIPIENE ANCHE DI ANCORA OLII ESSENZIALI TOSSICI, ma addirittura

LA POSIZIONE DEI SEMI ALL'INTERNO DELLA POLPA E' TIPICA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI COMPATIBILITA' CON SPECIE ANIMALI RELATIVE ALLA DISSEMINAZIONE ZOOCORA ENDOZOA (COME ALTRI MAMMIFERI, RETTILI ED UCCELLI),
ed è assolutamente opposta alla compatibilità con la specie umana, che, del tutto al contrario, è relativa alla disseminazione zoocora epizoa (strutture biologiche che abbiamo già descritto).

6) **COMPATIBILITA' CARPICO-FISIOLOGICA** Nel mondo esistono 240.000 tipi di frutti, di cui addirittura oltre il 99% di essi è velenoso o altamente tossico per la specie umana (ma, ovviamente, mai per le specie animali alle quali sono biologicamente adatti).

L'ARANCIA, essendo, come abbiamo visto, un frutto di riassetto H per alcuni erbivori, rettili ed uccelli, E', IN NATURA, UN FRUTTO ALTAMENTE TOSSICO PER LA SPECIE UMANA, PERSINO QUASI VELENOSO PER

L'UOMO [tecnicamente, si dice che il selvatico dell'arancia (cioè l'arancia naturale) è un frutto altamente tossico per la nostra specie].

Una delle innumerevoli conferme di ciò è anche la storia stessa. L'ARANCIA, come predetto, E' UN FRUTTO TOSSICO CINESE, ED ERA TALMENTE TOSSICO CHE NEMMENO IN CINA, fino a che gli europei in tempi recentissimi non lo hanno modificato artificialmente, MAI E' STATO ASSOLUTAMENTE MANGIATO, ADDIRITTURA PER MILIONI DI ANNI.

ANCHE GLI ANTICHI ROMANI E GLI ANTICHI GRECI CONOSCEVANO BENISSIMO L'ALTA TOSSICITA' DELL'ARANCIA (come abbiamo visto, già la mitologia greco-romana sapeva che era un frutto per serpenti), E, INFATTI, MAI E' STATO ASSOLUTAMENTE MANGIATO NEMMENO DA LORO, in tutte le migliaia di anni della loro lunghissima storia, oltre i milioni di anni della preistoria.

Un altro tentativo di introdurre l'arancia in Europa fu effettuato dagli Arabi in Sicilia, intorno all'anno 1020.

Ma ANCHE GLI ARABI CONOSCEVANO BENISSIMO L'ALTA TOSSICITA' DELL'ARANCIA PER L'UOMO, e quindi è stato sempre usata, anche da loro, solo ed esclusivamente come pianta ornamentale, o, al limite, per fabbricare profumi.

Gli europei riprovano a reintrodurre L'ARANCIA in Europa intorno al 1600, MA ANCORA ERA SOLO UN FRUTTO TALMENTE TOSSICO CHE MAI VENIVA ASSOLUTAMENTE USATO A SCOPO ALIMENTARE.

SOLO DOPO CIRCA 250 ANNI DI INCROCI e ALTRE TECNICHE ARTIFICIALI, e dopo aver utilizzato tutte le più moderne pratiche D'INNESTO ARTIFICIALE, gli europei, DOPO IL 1850 RIESCONO A PRODURRE UN'ARANCIA PIU' DOLCE DI QUELLA AMARISSIMA NATURALE (infatti lo stesso termine "agrume" deriva proprio da "acer", che significa esattamente "sapore sgradevolissimo", ed è, infatti, anche la stessa radice etimologica della parola "acerbo").

L'ARANCIA CHE SI CONSUMA OGGI E' UN FRUTTO ASSOLUTAMENTE ARTIFICIALE.

Letteralmente costruito artificialmente tramite incroci, innesti e altre tecniche artificiali solo DOPO IL 1850, FINO A QUELLA DATA NESSUN UOMO SU QUESTO PIANETA HA MAI MANGIATO ARANCE.

E questo è anche uno dei motivi per cui crea, anche in pochissimo tempo, tutti quei danni predetti all'organismo umano, proprio perchè, quindi, L'ARANCIA, ANCORA OGGI, E' UN FRUTTO ALTAMENTE TOSSICO PER L'UOMO A CUI SI E' RIUSCITI AD AGGIUNGERE ARTIFICIALMENTE UN PO' DI ZUCCHERO PER RENDERLO INGOIABILE DA ESSO.

7) **STRUTTURA BIOCHIMICA** Uno degli innumerevoli parametri che dimostrano chiaramente la non compatibilità dell'arancia con la specie umana, è, come abbiamo già visto, la quantità di proteine del latte materno umano.

Nel periodo di massimo fabbisogno proteico, subito dopo la nostra nascita, il latte umano contiene l'1,9% di proteine (solo i primi 3-5 giorni), quantità che, man mano che la crescita rallenta, diminuisce, passando per una media di 0,8%, fino al termine dello svezzamento (dopo qualche anno, con madre in completa detox), con valori intorno allo 0,38%.

Di conseguenza, valori superiori allo 0,38%, e, a maggior ragione, superiori allo 0,8%, sono chiaramente valori proteici di "cibi" post-svezzamento assolutamente non adatti alla specie umana.

Quindi, a tradire anche numericamente l'arancia nei confronti della specie umana, è la sua stessa quantità di proteine: mediamente oltre l' 1,3%, quantità fin troppo più alta di quei valori. e, dunque, DI "CIBO" DEL TUTTO INADATTO ALLA SPECIE UMANA. Poi, la tipologia delle restanti sostanze chimiche presenti, è tale che, per la specie umana, come predetto,

L'ARANCIA RISULTA ESTREMAMENTE ACIDIFICANTE A LIVELLO EMATICO, con tutte le conseguenze enormemente negative spiegate nei paragrafi precedenti e anche più avanti.

Inoltre, tra l'altro, I LIVELLI DI POLIAMMINE, SOSTANZE ALTAMENTE TOSSICHE, REGISTRATI NELLE ARANCE SONO TROPPO ALTI, con le tutte le conseguenze pessime che vedremo più avanti.

8) **ARANCIA:** EFFETTI UNICAMENTE DEL TUTTO NEGATIVI SULLA SPECIE UMANA Purtroppo,

GLI EFFETTI NEGATIVI, O DISASTROSI, O ADDIRITTURA MORTALI, DELL'ARANCIA SULLA SPECIE UMANA SONO INNUMEREVOLI, TRA QUESTI:

8-1) Come vedremo meglio più avanti, ad eccezione della mela, con la quale non solo si può effettuare una monodieta per tutta la vita con una salute assolutamente perfetta, ma è addirittura l'alimentazione ideale della specie umana, l'ambizione finale dei fruttariani,con qualsiasi altro frutto (oltre che con qualsiasi altro "cibo" al mondo) la monodieta risulta sempre assolutamente dannosa per l'organismo umano (si tratta di mono-intossicazione aspecifica, che, diversamente dalle pluri-intossicazioni aspecifiche, nemmeno può essere parzialmente attenuata da un minimo di "bilanciamenti").
Con una differenza fondamentale: mentre con una monodieta di un qualsiasi frutto considerato commestibile diverso da mela, si riportano, nei mesi o anni, "solo" delle patologie più o meno gravi

CON LA MONODIETA DI ARANCE SI RISCONTRA ADDIRITTURA LA MORTE DELL'INDIVIDUO, MEDIAMENTE ENTRO UN PERIODO COMPRESO TRA UNO E DUE ANNI (ciò è successo anche a giovani di età compresa tra i 20 ed i 30 anni in ottima salute, i quali, man mano che procedeva la monodieta di arance, PEGGIORAVANO IN CONTINUAZIONE tutte le loro condizioni fisiche e mentali, fino al decesso);

(se la monodieta si effettua, invece che con arance intere, con solo spremute di arancia, queste ultime, pur essendo più veloci, rispetto all'arancia intera, nel danneggiare almeno dentatura e resto dello scheletro, portano alla morte dell'individuo mediamente entro un periodo compreso tra tre e sette anni).

8-2) L'arancia (oltre ad altri agrumi) è, inoltre, l'unico frutto tra quelli considerati commestibili che, con il semplicissimo contatto con la pelle della specie umana nell'atto anche di sbucciarla o mangiarla, può riuscire, con l'uso più o meno prolungato, a provocare le seguenti reazioni esterne, registrate in tutto il mondo, notissime in dermatologia, e dovute principalmente alla presenza degli olii essenziali tossici:

- dermatite da contatto;
- irritazioni cutanee;
- reazioni ed eruzioni cutanee;
- vesciche dolorose tra le dita;
- irritazione indiretta, col semplice contatto delle dita contaminate su altre parti del corpo;
- le reazioni registrate risultano ancora più gravi dopo l'esposizione solare delle zone cutanee contaminate;
- Ecc.

8-3) Come già accennato, la monodieta di arance provoca la morte, mentre il fruttarismo effettuato con tutti i frutti, ma con le arance, o altra frutta acida, consumate con la stessa quantità degli altri frutti, quindi non consumate al minimo possibile, provoca, in più o meno tempo, danni gravi, che, col tempo, diventano gravissimi.

Il 99% dei danni da fruttarismo errato, registrati nel mondo, sono su fruttariani che consumano arance (o altra frutta acida) con la stessa quantità degli altri frutti, perchè (per fortuna) pochissimi sono stati quelli che hanno azzardato la monodieta di arance.

QUANDO SI PARLA DI DANNI GRAVISSIMI DOVUTI ALLE ARANCE, CI SI RIFERISCE PRINCIPALMENTE A FRUTTARIANI CHE CONSUMANO ANCHE ARANCE (IN UNA DIETA CHE CONTIENE TUTTA LA FRUTTA), INVECE CHE A MONODIETISTI DI SOLO ARANCE.

Ora, le patologie gravi sui fruttariani, che consumano tutti i tipi di frutta, ma che consumano anche arance (o altra frutta acida) senza portare al minimo possibile la quantità di queste ultime, sono fondamentalmente di due tipi:

1) PATOLOGIE GRAVI a breve termine (mediamente entro le prime settimane)

2) PATOLOGIE GRAVI a medio termine (mediamente entro i primi mesi).

1) Fruttarismo CON ANCHE ARANCE (o altra frutta acida) (nel modo predetto):

le patologie gravi a breve termine, mediamente entro le prime settimane, sono principalmente tre:

a) ANEMIA (con FORTE CARENZA DI VITAMINA B12) (primo sintomo: astenia, cioè debolezza, e/o ipotensione, cioè pressione troppo bassa),

b) DEPERIMENTO ORGANICO (con FORTE CARENZA DI VITAMINA C) (primo sintomo: magrezza eccessiva),

c) DEMINERALIZZAZIONE (CARENZA MINERALE GENERALE) (primo sintomo: iperuresi, cioè eccesso di urine).

a) Vediamo il meccanismo principale con cui le ARANCE (o altra frutta acida) provocano ANEMIA (con FORTE CARENZA DI VITAMINA B12): come predetto, e come si è ormai riscontrato in tutto il mondo, l'arancia (e la restante frutta acida) è anche estremamente acidificante a livello ematico, e lo stato di acidosi comporta un innalzamento enorme dei livelli di usura proteica, addirittura nell'intero organismo.

Ciò determina immediatamente un'elevazione drastica dei processi di sintesi proteica, portando l'organismo, in pochissimo tempo, ad un grande fabbisogno vitaminico B12 indotto (come abbiamo già visto, la funzione principale della vitamina B12 è di co-enzima assolutamente essenziale in tutti i processi di metabolismo proteico, compresa la sintesi proteica, direttamente o indirettamente, dalla fase nucleica fino alla fase citoplasmatica), fino ad una forte carenza, sempre più decisa e marcata, di vitamina B12 in tutto l'organismo.

Quindi, il primo punto fondamentale da sottolineare è proprio che LE ARANCE (O ALTRA FRUTTA ACIDA) PROVOCANO UNA FORTE CARENZA DI VITAMINA B12.

Ora, il primo settore dell'organismo ad avere le coseguenze più enormemente negative per tutta la suddetta fenomenologia, è proprio il settore eritrocitico (globuli rossi), in quanto è esattamente quello che riceve danni maggiori, sia diretti che indiretti:

Diretti, perchè di tutte le cellule presenti nel plasma ematico, i globuli rossi sono proprio quelli protidicamente più labili in caso di acidosi in quanto, esso sprovvisti di un nucleo come le altre cellule, non sono in grado di effettuare una sintesi proteica in caso anche una lieve modifica nella struttura tridimensionale delle loro proteine che ne diminuisca la funzionalità, e, di conseguenza, hanno bisogno di essere sostituiti completamente, per mitosi specialmente in midollo osseo, addirittura ogni qualvolta si verifichi una perdita di funzionalità protidica in un qualsiasi punto della loro struttura;

Indiretti, perchè la carenza di vitamina B12 incide al massimo grado proprio sul settore dell'organismo portato all'estremo livello di necessità di sintesi proteica, cioè esattamente il settore eritrocitico del midollo osseo, in fase di duplicazione cellulare per la sostituzione immediata dei globuli rossi danneggiati dall'acidosi ematica, rendondo impossibile, appunto, la loro totale sostituzione.

QUINDI, LA CARENZA DI VITAMINA B12, PROVOCATA DALL'ACIDOSI DETERMINATA DALLE ARANCE, mai consente la necessaria sostituzione eritrocitica, PORTANDO, IN POCHISSIMO TEMPO, ALL'ANEMIA (in particolare, anemia perniciosa, che è una delle più gravi, in quanto oltre a diminuire drasticamente il numero dei globuli rossi, un largo numero di quelli che rimangono aumenta di volume per megalocitosi, dovuta specialmente all'acidosi stessa, perdendo gran parte della loro fodamentale funzionalità).

UNO DEI PRIMI SINTOMI DI QUESTA ANEMIA E' PROPRIO L'ASTENIA, CIOE' DEBOLEZZA, FISICA E MENTALE,

e, inoltre, nel caso particolare delle ARANCE, proporzionalmente alla loro percentuale nella dieta, si registra spesso anche IPOTENSIONE, cioè PRESSIONE TROPPO BASSA (fino anche a livelli molto pericolosi dell'ordine di 40-80; da ricordare che la pressione media e ideale registrata in fruttariani sani, e in melariani, è intorno a 70-110, che, in realtà è la pressione ideale di un organismo umano in perfetta salute; la pressione di 80-120, a rigore, infatti, è uno stato di ipertensione per intossicazione aspecifica, che si registra, normalmente, relativamente a tutti gli altri modelli alimentari, dal vegan-crudismo all'onnarismo).

Lo stato di acidosi ematica, poi, accentu l'astenia (debolezza) e l'ipotensione, in quanto i globuli rossi, nel loro stato fisiologico naturale, proprio per poter svolgere i loro compiti, hanno la membrana cellulare esterna carica negativamente (cioè ricca di elettroni), situazione che, invece, è danneggiata fortemente proprio dalla presenza di acido in plasma ematico, che, del tutto disastrosamente, come sappiamo, sottrae una gran parte di questi elettroni (è proprio il mestiere dell'acido), portando i globuli rossi (i pochi rimasti, e già danneggiati specialmente protidicamente) a svolgere in maniera ancora più decisamente ridotta anche la loro funzione fondamentale che è quella di OSSIGENAZIONE cellulare; di conseguenza, l'ENORME ed estremamente negativa CARENZA di ossigeno risultante, a cui sono sottoposte tutte le cellule dell'intero organismo, oltre ad accentuare la debolezza e l'ipotensione, è notissimo in fisiologia che favorisce l'insorgenza, anche di numerosissime altre patologie.

b) Vediamo, ora, il meccanismo principale con cui le ARANCE (o altra frutta acida) provocano DEPERIMENTO ORGANICO (con FORTE CARENZA DI VITAMINA C): La forte acidosi ematica (oltre che ossidazione generale) provocata dal consumo di arance (o altra frutta acida) giunge purtroppo a tutto l'organismo, ma particolarmente ai settori istologici a contatto più diretto col sangue, come la NOSTRA STRUTTURA PORTANTE ESTERNA, COSTITUITA FONDAMENTALMENTE DAL COLLAGENE.

Il collagene è una proteina a struttura fibrosa che si trova specialmente nella parte intercellulare del tessuto connettivo propriamente detto, ed essendo proprio a contatto diretto col sangue, quando questo si acidifica,

LA CORROSIONE ACIDOTICA SI ESTENDE ANCHE DIRETTAMENTE ALLE FIBRE DEL COLLAGENE, contribuendo enormemente a portare, nel tempo, l'organismo ad un vero e proprio DEPERIMENTO ORGANICO, molto visibile anche dall'esterno (per comprendere meglio la cui entità, basti pensare che il collagene costituisce addirittura circa un terzo del nostro peso corporeo totale).

Di conseguenza, LA NOSTRA STRUTTURA PORTANTE ESTERNA (che è proprio quella che consente all'organismo anche di apparire "pieno" in maniera armoniosa)

VIENE LENTAMENTE CORROSA, GIORNO PER GIORNO, FINO PURE A FAR APPARIRE L'ORGANISMO DIMAGRITO ECCESSIVAMENTE,E ADDIRITTURA LETTERALMENTE SCAVATO:

ciò è esattamente uno dei primi sintomi del grave deperimento organico in cui si trova l'organismo,

ED E' UNA SITUAZIONE PERSINO CLASSICA SPECIALMENTE DEI FRUTTARIANI MANGIATORI (ANCHE) DI ARANCE (O ALTRA FRUTTA ACIDA).

Purtroppo, l'unica conseguenza enormemente negativa nel deperimento organico, relativamente al consumo di arance (o altra frutta acida): pur contenendo troppa vitamina C (quest'ultima, tra l'altro, in quelle quantità nell'organismo umano, essendo chimicamente un acido, acido ascorbico, libera in soluzione ematica troppi H_3O^+, innalzando decisamente i livelli stessi di usura proteica), paradossalmente

LE ARANCE (E LA RESTANTE FRUTTA ACIDA) PROVOCANO UNA FORTE CARENZA PROPRIO ESATTAMENTE DI VITAMINA C,

per il semplicissimo motivo che l'organismo, sempre principalmente per la grande acidosi ematica, essendo, come abbiamo visto, portato ad una usura collagenica altissima, innesca immediatamente un innalzamento enorme dei livelli di biosintesi del collagene, ed essendo quest'ultimo proprio il fenomeno principale dell'organismo a richiedere la quantità più alta in assoluto di vitamina C, si instaura subito un estremo fabbisogno indotto vitaminico C (cioè di vitamina C), il quale è talmente elevato che, non essendo nemmeno minimamente coperto dalle arance (o altra frutta acida), provoca appunto una FORTE CARENZA DI VITAMINA C.

Questa tipologia di fenomeno è risaputa in fisiologia: così come il consumo di latte non umano (o suoi derivati), pur essendo troppo ricco di calcio (a tal punto da innescare calcolosi), determina una forte carenza di calcio stesso (fino anche all'osteoporosi grave), sempre principalmente per acidosi, così, con meccanismi analoghi,

IL CONSUMO DI ARANCE (O ALTRA FRUTTA ACIDA), PUR ESSENDO TROPPO RICCHE DI VITAMINA C (a tal punto da aumentare acidosi ed usura proteica), DETERMINA UNA FORTE CARENZA DI VITAMINA C STESSA (fino anche all'accentuazione massima del deperimento organico).

c) Il meccanismo principale, invece, con cui le ARANCE (o altra frutta acida) provocano DEMINERALIZZAZIONE (CARENZA MINERALE GENERALE), è il seguente: come abbiamo già visto, LE ARANCE (e l'altra frutta acida) CONTENGONO TROPPE POLIAMMINE (putrescina, cadaverina, ecc.), SOSTANZE ALTAMENTE TOSSICHE, che, OLTRE AD ACCELERARE DECISAMENTE LA CANCEROGENESI (tecnicamente, in generale le arance mai sono cancerogene, ma accelerano la formazione già in corso di eventuali tumori e cancri, in gergo si dice che sono quasi cancerogene),

ACCELERANO FORTEMENTE IL METABOLISMO, fino ad innalzare anche i livelli minimi di metabolismo basale, fenomeno che, a sua volta

OLTRE AD ACCENTUARE ULTERIOLMENTE LO STATO DI MAGREZZA ECCESSIVA, PORTA IMMEDIATAMENTE ALL'IPERURESI (ECCESSO DI URINE) per l'aumento repentino del filtraggio renale dovuto all'accelerazione metabolica, E, GRADUALMENTE, ALLA DEMINERALIZZAZIONE, dovuta fondamentalmente sia all'accelerazione metabolica stessa, sia alla perdita minerale diretta dovuta all'iperuresi medesima.

2) Fruttarismo CON ANCHE ARANCE (o altra frutta acida) (nel modo predetto): le patologie gravi a medio termine, mediamente entro i primi mesi, sono principalmente tutte le restanti patologie esposte nei paragafi precedenti, relativamente al consumo di arance (o altra frutta acida),come:

- DANNI AI DENTI (primariamente per acidosi ematica, che provoca erosione dentale specialmente dall'interno del dente stesso, meglio analizzata in precedenza);

- DANNI ALLO SCHELETRO (sempre per acidosi ematica, che costringe l'organismo a ribilanciare il pH ematico prelevando il calcio dalle ossa, meccanismo analizzato in precedenza);

- INFIAMMAZIONE SPECIALMENTE GENGIVALE, ESOFAGEA E GASTRICA [per l'estremo contenuto di acidi, organici ed inorganici, direttamente nella polpa dell'arancia (o altra frutta acida)];

- CADUTA DEI CAPELLI (specialmente per l'acidificazione ematica dell'intera struttura del bulbo capillifero);

- FORMAZIONE DI CRAMPI (specialmente notturni), [principalmente per carenza di potassio, dovuta al suo prelevamento a scopo di bilancialmento ulteriore del pH ematico, e per il metabolismo del glucosio accentuato (invece del metabolismo del fruttosio), che favorisce la formazione di crampi, specialmente in acidosi];
- ecc.

IMPOSSIBILITA' PER L'ARANCIA (O ALTRA FRUTTA ACIDA) A COSTITUIRE "FARMACO" PER LA SPECIE UMANA

Così come l'arancia (o altra frutta acida) mai costituisce "alimento" per la specie umana, ma addirittura solo un insieme di sostanze decisamente tossiche, così, a maggior ragione, mai può costituire nemmeno "farmaco" per la nostra specie, proprio in quanto procede in direzione del tutto opposta rispetto al ciclo H, visto che da qualsiasi situazione ad energia strutturale elevata (definita "patologia") si parta, la guarigione deve procedere assolutamente verso una situazione di minima energia, costituita proprio dal ciclo H, specialmente per la nostra specie, che ne ha una fisiologia completamente inserita.

In natura, infatti, come abbiamo già visto, ogni specie animale in devianza H (cioè diversa da fruttivori), ha due tipologie fondamentali di cibo specie-specifico:

- il cibo di devianza H, che costituisce il cibo a cui la specie è dovuta minimamente adattarsi (l'adattamento in direzione opposta al ciclo H è sempre minimale), e cioè la carne per i carnivori, i semi per i granivori, l'erba per gli erbivori;

- il cibo di riassetto H, che costituisce il cibo a cui, tuttavia, la specie stessa tende sempre, cioè per i carnivori: semi (in misura minore), piante erbacee e frutta; per I granivori: piante erbacee e frutta; per gli erbivori: frutta.

La specie in devianza H, infatti, tende sempre al cibo di riassetto H, per il semplice motivo che qualsiasi sia il suo assetto esterno (carnivoro, granivoro o erbivoro; in devianza H si modifica solo l'assetto più esterno della specie), le sue cellule singole (per il principio stesso della minima energia) sono, e rimangono sempre, basilarmente esattamente "fruttivore", in quanto, qualsiasi sia il sistema materiale entrante nell'organismo attraverso il cavo orale (carne, semi o erba), esso va comunque sempre ridotto a "frutta" (cioè ad almeno principalmente glucosio, in fase di trofismo cellulare), visto che anche le cellule di carnivoro, granivoro o erbivoro, producono energia unicamente mediante i mitocondri, che, come sappiamo, possono funzionare solo ed esclusivamente a "frutta" (almeno glucosio; questo sia per il principio della minima energia stesso, e sia perchè tutte le specie animali pluricellulari, come abbiamo già visto, discendono esclusivamente dalle specie unicellulari batteriche "fruttivore" primordiali).

ANCHE CARNIVORI, GRANIVORI ED ERBIVORI, HANNO SEMPRE TUTTE LE LORO CELLULE ASSOLUTAMENTE FRUTTIVORE.

Questo è esattamente il motivo per cui qualsiasi animale, che per qualsiasi ragione, entra in stato di intossicazione aspecifica (detta "patologia"), si nutre ancora di più di cibi di riassetto H (usati, in questo caso, appunto, come "farmaco", come quando, ad esempio, il gatto, carnivoro, si nutre di piante, e analoghi), cioè, per riabbassare l'energia strutturale attraverso proprio i cibi più vicini al ciclo H, che sono precisamente quelli scalarmente a minore energia struturale, ma che, come abbiamo visto, non solo fanno sempre parte della loro alimentazione naturale, ma addirittura costituiscono la loro alimentazione ideale, proprio per la loro maggiore vicinanza al ciclo H.

In altri termini, in natura, L'ANIMALE CHE SI "AMMALA" (può succedere solo per qualche squilibrio ecosistemico), SI NUTRE IN MAGGIORE PERCENTUALE (ed evita il digiuno, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne), DEL SUO CIBO NATURALE DI RIASSETTO H.

Cioè, in parole ancora più semplici, L'ANIMALE CHE SI "AMMALA", IN NATURA, MANGIA IL CIBO PIU' ADATTO IN ASSOLUTO ALLA SUA SPECIE.

Ora, nel caso della specie umana, che, mai essendo (come tutti i fruttivori) in devianza H, ha solo il cibo di ciclo H (per la nostra specie, la mela), se essa entra, per qualsiasi motivo, in uno stato di intossicazione aspecifica (detta "patologia"), ha

solo ed esclusivamente un modo per effettuare la disintossicazione aspecifica (come vederemo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna e terapeutica moderna):

QUELLO DI RIUSARE, gradualmente in modo esclusivo, L'UNICO SUO CIBO DI CICLO H, LA MELA, l'unico, cioè, a minima energia strutturale per la nostra specie, e, di conseguenza, L'UNICO IN GRADO ANCHE DI "GUARIRCI",e, quindi,

L'UNICO A CUI, AL LIMITE, SI PUO' ATTRIBUIRE IL TERMINE "FARMACO" PER LA NOSTRA SPECIE.

Quindi, la cosa peggiore in assoluto che può fare un umano "ammalato" per "guarire", in qualsiasi fase alimentare sia, da onnariano a fruttariano, è, nel campo della frutta, scegliere proprio il frutto, tra quelli considerati commestibili, il più lontano in assoluto dal ciclo H (come si è visto specialmente dagli 8 parametri biologici fondamentali), quindi il più lontano in assoluto dalla situazione di minima energia, (che, come abbiamo visto, è l'unica situazione fisiologica "curativa"), cioè l'arancia (o altro frutto acido).

LA STESSA MEDICINA UFFICIALE, A LIVELLO MONDIALE, CONSIDERA LA MELA (IN PARTICOLARE ROSSA STARK-DELIZIOSA) L'UNICO FRUTTO TERAPEUTICO, con una potenza e velocità terapeutiche ("curative") impressionanti, per qualsiasi tipo di "patologia" al mondo. (sempre come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne).

Quindi, per qualsiasi specie animale, il cibo più terapeutico in assoluto è sempre solo ed esclusivamente quello a minima energia strutturale per la sua specie, cioè, per carnivori, granivori ed erbivori, il relativo predetto cibo di riassetto H più avanzato, e per i fruttivori, proprio esattamente il cibo specie-specifico, che nel caso della specie umana è la mela (rossa stark-deliziosa), ovviamente arrivandoci con la predetta gradualità.

FRUTTARISMO (sostenibile); IL PRIMO SEGRETO DELLA DURATA: I 5 PUNTI DELL'EQUILIBRIO FISIOLOGICO, sintetizzabili con "ASSE CENTRALE (MELA) E TRIPODE (FRUTTA DOLCE, GRASSA, ORTAGGIO)"

Sia che si faccia un giorno di fruttarismo o che si faccia per tutta la vita, (anche se si vuole provare un giorno solo, arrivarci gradualmente) il primo segreto per evitare di portare l'organismo ad avere piccoli scompensi, o sintomatologie negative qualsiasi, o, specialmente, false voglie indotte di tossine, e quindi anche il primo segreto della durata, è innescare subito un EQUILIBRIO FISIOLOGICO.

Ora, mentre, come vedremo meglio più avanti, col melarismo, essendo la mela l'unico frutto già perfettamente equilibrato biochimicamente per la specie umana, è inutile effettuare bilanciamenti particolari, in fase fruttariana, per avere un equilibrio fisiologico, occorre (come, tra l'altro, in tutti i modelli alimentari diversi da melarismo) mantenere sempre una impostazione corretta con le (predette) 5 categorie di frutta (del fruttarismo sostenibile) (mela, frutta dolce, frutta grassa, frutta ortaggio, frutta essiccata ortaggio).

Quindi, in fase fruttariana, per mantenere l'equilibrio fisiologico, e quindi salute sempre ottimale (per la predetta fase), ma soprattutto senza false voglie indotte di tossine (cioè di "cibi" diversi da frutta), è assolutamente essenziale seguire sempre alla lettera i seguenti

5 PUNTI DELL'EQUILIBRIO FISIOLOGICO:

1) Prendere subito l'abitudine DEFINITIVA di avere come primo pasto della giornata (colazione) solo una (o due) mela rossa, (nel "fruttarismo 2", anche a pranzo).

2) [Nel melarismo, la mela è definita "L'ASSE CENTRALE", come un tavolino che avendo una gamba sola, ma centrale, si regge perfettamente (essendo biochimicamente già perfettamente equilibrata); come vedremo meglio più avanti, nel fruttarismo si aggiungono anche le tre gambe periferiche del tavolino, il "TRIPODE" (frutta dolce, grassa e ortaggio), ma l'asse centrale rimane intatto].

3) portare immediatamente la frutta acida al MINIMO possibile, mai più di una volta a settimana, in piccola quantità, mai come primo frutto la mattina, e mai a stomaco vuoto (poi, nel fruttarismo 2, va eliminata TOTALMENTE).

4) Consumare la frutta essiccata dolce in maniera MOLTO MODERATA, mai più di una volta a settimana e nei modi predetti (comunque sempre reidradata), (poi, nel fruttarismo 2, va eliminata TOTALMENTE).

[La frutta acida e la frutta essiccata dolce, sono definite la "COPPIA D'USCITA" dal fruttarismo, in quanto la frutta

acida, oltre ai danni fisici estremi predetti, crea anche una ACIDOSI così PROFONDA da far sentire al fruttariano, col tempo, una voglia irresistibile pure di verdure (nemmeno basta la frutta ortaggio), USCENDO poi così dal fruttarismo, mentre la frutta essiccata dolce, oltre a problemi fisici simili e quasi comparabili a quelli determinati dalla frutta acida, crea anche una IPERGLICEMIA così PROFONDA da far sentire al fruttariano, col tempo, una voglia irresistibile anche di semi (non basta la frutta grassa), USCENDO poi così dal fruttarismo].

5) USARE ASSOLUTAMENTE SEMPRE (solo nei modi descritti del fruttarismo sostenibile) TUTTE E TRE LE ALTRE CATEGORIE DI FRUTTA: FRUTTA DOLCE, FRUTTA GRASSA, FRUTTA ORTAGGIO.

Oltre alla mela, queste tre categorie di frutta sono assolutamente essenziali per un fruttariano, e, quindi, la cosa del tutto fondamentale, per evitare di creare sbilanciamenti fisiologici, e quindi per l'equilibrio fisiologico, è:

ASSOLUTAMENTE MAI TOGLIERE NESSUNA DI QUESTE CATEGORIE DI FRUTTA, DOLCE, GRASSA E ORTAGGIO, DALLA PROPRIA IMPOSTAZIONE FRUTTARIANA.

Questo per un motivo molto semplice: tutte e tre le categorie predette di frutta (dolce, grassa e ortaggio) sono inadatte alla specie umana, ed essendo, di conseguenza, ognuna leggermente squilibrata per il nostro organismo (ma, come vedremo meglio, in maniera diversa, e, per fortuna, assolutamente complementare), si può ottenere un equilibrio fisiologico solo ed esclusivamente usandole sempre tutte e tre (nella stessa giornata, nei modi predetti).

[Come accennavamo, queste tre categorie di frutta, dolce, grassa e ortaggo, costituiscono il "TRIPODE", in quanto sono esattamente come tre gambe equidistanti di un tavolino (retto solo da loro):
NEL CASO SE NE TOGLIE UNA, IL TAVOLINO CADE (diversamente da un tavolino, ad esempio, a cinque gambe, in cui, nel caso se ne toglie una, il tavolino mai cade); anche se il tavolino ha sempre l'asse centrale (mela), nel fruttarismo sono indispensabili aggiuntivamente tutte e tre le gambe periferiche del tripode, in quanto nel caso se ne toglie una, per l'asse centrale e' impossibile reggere lo sbilanciamento, ed il tavolino cade lo stesso (cioè per le mele e' impossibile reggere eventali sbilanciamenti tra le tre predette categorie di frutta, dolce, grassa e ortaggio)].

Più precisamente, L'EQUILIBRIO FISIOLOGICO HA ASSOLUTAMENTE BISOGNO DI TUTTE E TRE LE PREDETTE CATEGORIE DI FRUTTA (DOLCE, GRASSA E ORTAGGIO) in quanto:

- LA FRUTTA DOLCE (diversa da mela) determina una leggera iperglicemia (come predetto, è adatta ad altre specie animali, e, quindi, come abbiamo già visto, ha ancora troppo glucosio rispetto al fruttosio, il quale ultimo mai crea problemi di alcun tipo, in quanto, tra l'altro, nemmeno deve essere regolato dall'insulina), ed il suo utilizzo esclusivo (senza frutta grassa e frutta ortaggio) crea, quindi, squilibrio iperglicemico, e, di conseguenza, per compensare, l'organismo sente, in più o meno tempo, false voglie indotte, a cominciare da verdure e semi oleosi (che sono, infatti, ipoglicemici).

  Quindi, IN FASE FRUTTARIANA, USARE SOLO FRUTTA DOLCE, SENZA FRUTTA GRASSA E FRUTTA ORTAGGIO, O TOGLIERE ANCHE SOLO LA FRUTTA ORTAGGIO, E' UN ALTRO FALSO PERFEZIONISMO.

  Questo banalissimo errore ha portato moltissimi fruttariani nel mondo ad uscire, in più o meno tempo, dal fruttarismo, sentendo una attrazione (per loro inspiegabile, o adducendo motivazioni erronee) specialmente di verdure e semi oleosi, oppure sentendo solo degli scompensi, o sintomatologie negative di qualsiasi tipo, relativi alla leggera iperglicemia.

- PER EVITARE DI PROVARE VOGLIE TOSSICHE INDOTTE, cioè di qualsiasi "cibo" diverso da frutta, anche cotto, ma addirittura, se vengono suddette voglie tossiche, PER TOGLIERLE);

- LA FRUTTA GRASSA, al contrario, determina una leggera ipoglicemia (ha troppi pochi zuccheri per la nostra specie) per cui, dal punto di vista glicemico, compensa la leggera iperglicemia (ma solo per metà, l'altra metà la fa la frutta ortaggio) determinata dalla frutta dolce, e, dal punto di vista lipidico, essendo i grassi in eccesso, compensa uleriolmente il bilanciamento con l'eccesso di glucosio della frutta dolce (tutte le unità strutturali del nostro organismo hanno bisogno di un determinato rapporto, anche quantitativo, specialmente, tra loro, zuccheri, grassi e proteine).

  Di conseguenza, LA FRUTTA GRASSA SERVE ANCHE PER EVITARE DI PORTARE L'ORGANISMO A SENTIRE IL FALSO BISOGNO DI CONSUMARE SEMI OLEOSI

  (che, analogamente alla frutta grassa, sono ipoglicemici e molto più grassi della media della frutta; tuttavia, come abbiamo già evidenziato, i semi oleosi (noci, nocciole, mandorle, ecc.) sono ESTREMAMENTE DANNOSI per la salute della specie umana, in primo luogo per le MICIDIALI SOSTANZE SECONDARIE KILLER contenuti in essi,

poi per la loro composizione chimica che è proprio l'ESATTO OPPOSTO DELLA FRUTTA compreso in generale persino a quella della frutta grassa stessa: infatti, i semi oleosi hanno sia una percentuale QUASI NULLA di ACQUA (mediamente MENO del 3%) contrariamente anche ad avocado e olive che contengono ADDIRITTURA OLTRE IL 76% di ACQUA, e, al tempo stesso, hanno una QUANTITA' CATASTROFICA per il nostro organismo di GRASSI, che supera mediamente ADDIRITTURA il 60% grassi che, oltre ad essere biochimicamente adatti SOLO ed ESCLUSIVAMENTE alla crescita di una pianta (sono semi), sono anche grassi COMPLETAMENTE INTRISI dai metaboliti SECONDARI KILLER, e, al limite, possono essere assunti da specie animali dotate di una tipologia di sistema digerente in grado di smaltire almeno una parte del loro potente effetto tossico, come quello dei RODITORI, specialmente quelli a fisiologia LETARGICA, che è non solo è anatomo-fisiologicamente TOTALMENTE DIVERSO DAL NOSTRO (vedere capitolo di fisiologia comparata), ma addirittura usa quella enorme quantità di grassi secondari soprattutto per superare il lungo fenomeno naturale del letargo, completamente assente nella nostra specie;
DEL TUTTO CONTRARIAMENTE a questa catastrofica quantità di grassi dei semi oleosi di OLTRE il 60%, l'AVOCADO e le OLIVE contengono ADDIRITTURA MENO del 14% di grassi, i quali, al tempo stesso, oltre ad essere BIOCHIMICAMENTE ADATTI PROPRIO allo SCOPO TROFICO (sono frutti), SENZA le micidiali sostanze secondarie killer dei semi.

Addirittura persino l'olio di oliva (o l'olio di avocado), ma solo se estratto (ovviamente a freddo) esclusivamente dalla POLPA delle olive, come quella dell'olio di oliva DENOCCIOLATO, essendo solamente una SPREMUTA di POLPA DI OLIVA (si consiglia sempre quello non filtrato, detto anche grezzo, che contiene decisamente meno grassi e, al tempo stesso, molte più vitamine, sali minerali, antiossidanti ed innumerevoli altre sostanze organiche della polpa del frutto fresco)

DEL TUTTO CONTRARIAMENTE ai semi oleosi, ha un grasso che contiene NESSUNA SOSTANZA SECONDARIA KILLER dei semi stessi, non solo ha un grasso a struttura biochimica con FINALITA' BIOLOGICA COMPLETAMENTE TROFICA (deriva da un frutto), ma addirittura E' ASSENTE da una quantità altrettanto CATASTROFICA per il nostro organismo DI PROTEINE, che nei semi oleosi (presenti in commercio) mediamente SUPERA PERSINO di MOLTO quella della CARNE stessa, mediamente dal 15% ad oltre il 30% (inoltre, semi tipo castagne e analoghi, per motivi anche diversi sono quasi altrettanto dannosi, visto pure che oltre alle micidiali sostanze secondarie killer, contengono una QUANTITA' MICIDIALE di AMIDO, oltre ADDIRITTURA il 25%, che è SUPERIORE anche PERSINO alla quantità PEGGIORE di amido contenuta nel riso bianco e nella pasta bianca); (ancora per motivi di bilanciamento biochimico generale, ricordarsi sempre che la FRUTTA GRASSA è anche il trucco alimentare fondamentale dei fruttariani proprio

- LA FRUTTA ORTAGGIO, come la frutta grassa, determina una leggera ipoglicemia (anche lei, ha troppi pochi zuccheri per la nostra specie) per cui, dal punto di vista glicemico, finisce di compensare la leggera iperglicemia (la frutta grassa da sola e' insufficente basta, fa solo la metà del lavoro di compensazione generale) determinata dalla frutta dolce, e, dal punto di vista proteico, essendo le proteine in eccesso (ad esempio, la zucchina ha mediamente oltre il 2,9% di proteine, cioè oltre il addirittura il QUADRUPLO della media della frutta dolce, e la rimanente frutta ortaggio ha sempre valori molto alti; più precisamente, l'eccesso principale è del rapporto proteine/grassi-zuccheri), compensa sia definitivamente il bilanciamento con l'eccesso di glucosio della frutta dolce, e sia il bilanciamento definitivo totale, anche con l'eccesso di grassi della frutta grassa (sempre per i predetti motivi di bilanciamento tra zuccheri, grassi e proteine).

  LA FRUTTA ORTAGGIO SERVE ANCHE PEREVITARE DI PORTARE L'ORGANISMO A SENTIRE IL FALSO BISOGNO DI CONSUMARE VERDURE (che, analogamente alla frutta ortaggio, sono ipoglicemiche e mediamente decisamente più proteiche della media della frutta).

  [Altro fattore ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE della frutta GRASSA e della frutta ORTAGGIO (nel fruttarismo), è che entrambe le categorie sono DECISAMENTE ALCALINIZZANTI (senza nessuna eccezione), e questo è DEL TUTTO ESSENZIALE, sia per il BILANCIAMENTO ACIDO-BASE rispetto alla frutta dolce che è TUTTA leggermente ACIDIFICANTE

  (al contrario, la mela rossa, essendo pH inalterante, non ce la fa a bilanciare la leggera acidosi determinata dalla frutta dolce; infatti SOLO I DUE OPPOSTI si possono parzialmente BILANCIARE, a patto che l'acidificazione non sia estrema come avviene tramite frutta acida e frutta essiccata dolce),

  e sia, come vedremo meglio più avanti, proprio per il mantenimento del PESO corporeo ottimale, visto che è proprio principalmente l'acidosi che, corrodendo e scavando letteralmente l'intero organismo, porta moltissimi fruttariani anche a magrezza eccessiva].

6) Per gli stessi suddetti motivi di equilibrio fisiologico, NEL PERFEZIONAMENTO ALL'INTERNO DEL FRUTTARISMO, o nella gradualità di transizione dalla fase fruttariana a quella melariana, mai togliere prima la frutta ortaggio, poi quella grassa, e poi quella dolce, ma, al contrario BISOGNA GRADUALMENTE DIMINUIRE

CONTEMPORANEAMENTE TUTTE E TRE LE PREDETTE CATEGORIE DI FRUTTA (DOLCE, GRASSA E ORTAGGIO), proprio per evitare di creare sbilanciamenti fisiologici che possono provocare anche false vogli indotte di verdure e semi, specialmente in una fase alimentare così importante.

Questo è un altro enorme errore che ha fatto rinunciare all'essere fruttariani moltissime persone che, ormai in fase fruttariana anche da anni, erano, invece, già equilibratissime fisiologicamente per tutta la fase fruttariana, e addirittura solo questo squilibrio finale li ha fatti uscire dal fruttarismo [anche perchè, se si esce, per qualsiasi motivo, dal fruttarismo (ma anche da qualsiasi altro modello alimentare) cioè si consuma qualche "cibo-droga" (in pratica, "cibo" diverso da frutta), come per tutte le altre droghe al mondo, come vedremo meglio più avanti, è poi sempre difficilissimo riuscirne].

FRUTTARISMO (sostenibile) e anti-fruttarismo (cioè qualsiasi fruttarismo insostenibile)

Sulla base dei suddetti concetti, ora si può capire finalmente bene perchè il fruttarismo mai si è ridiffuso oltre un minimo sull'intero pianeta, pur essendo già conosciuto nella storia, anche antica (ad esempio, come abbiamo visto, sulle pergamene da cui ha origine il libro della Genesi nella stessa Bibbia, scritte circa 4000 anni fa, si parla già molto precisamente di fruttarismo, e dalle ultime ricerche di esperti di lingua antica, sappiamo che si parlava molto precisamente addirittura di melarismo), e, specialmente negli ultimi 200 anni, anche a livello scientifico, soprattutto a partire dalla fondazione dell'anatomia comparata.

Il motivo è molto semplice: a causa dell'enorme varietà di frutti esistente sull'intero pianeta (ovvero circa 240.000 specie botaniche diverse), ognuno, come abbiamo visto, adatto ad una particolare specie animale, l'uomo, quando comprese, tramite specialmente l'anatomia comparata, che aveva una struttura digerente tipica degli animali frugivori, fu inizialmente molto spaesato prima di capire (a cominciare finalmente dalla morfologia funzionale comparata fito-zoologica, dalla biochimica, dalla scienza dell'alimentazione moderna, ecc.), quale fosse sia il frutto specie-specifico per la specie umana, sia i frutti meno tossici e una loro combinazione che potevano formare un fruttarismo (pluritrofico) sostenibile per la nostra stessa specie; di conseguenza, invece del fruttarismo (sostenibile), involontariamente, purtroppo si è quasi sempre praticato l'anti-fruttarismo (un fruttarismo insostenibile), che può essere di quattro tipologie principali (in ordine decrescente di tossicità, ma sempre alta), cosiddette:

1) "fruttacidarismo"

2) "fruttadolciarismo"

3) "fruttonnarismo"

4) "frugrassortaggismo".

Sono chiamate anti-fruttarismo, in quanto sono insostenibili a livello specialmente salutare, portando ogni persona che le pratica a problemi crescenti di salute, ma addirittura facendo (come diretta conseguenza) pessima pubblicità al fruttarismo stesso, diventando proprio la causa principale in assoluto della poca diffusione di questo invece stupendo modello alimentare, il fruttarismo (sostenibile).

Vediamole più in dettaglio:

1) il cosiddetto "fruttacidarismo", (cioè consumare solo |o quasi| frutta acidificante, quindi usare anti-asse centrale e anti-tripode).

Per "anti-asse centrale" si intende il fatto che la mela, essendo il frutto più equilibrato in assoluto, è anche, per lo stesso motivo, quello dal gusto più raffinato e delicato in assoluto, ma le persone provenendo da intossicazione aspecifica, quindi con papille gustative intossicate, specialmente all'inizio, tendono ad usare frutti dal sapore più forte, e, di conseguenza, ad usare troppo poco, o quasi niente, la mela.

Questo è il primo motivo fondamentale per cui, poi, la durata del loro "fruttarismo", o meglio, anti-fruttarismo, è cortissima. Per "anti-tripode" si intende la terna: frutta dolce, frutta essiccata dolce, frutta acida.

E' ovvio, per tutto quanto esposto in precedenza, che una siffatta terna di tipologie di frutta (usate come base), costituisce il secondo tassello fondamentale dell' "anti-fruttarismo", ma è addirittura quasi un suicidio, portando quindi il loro "fruttarismo", o meglio, anti-fruttarismo, ancora una volta ad una durata cortissima (è come se, usando l'allegoria del paragrafo precedente, il tavolino a tre gambe, il tripode, fosse rigirato esattamente al contrario, con il piano di appoggio del tavolino per terra, e le tre gambe rivolte verso l'alto, e, quindi, con persino

l'impossibilità di essere usato come tavolino).Vediamo perchè:

- la frutta dolce, pur essendo l'unica categoria giusta usata, viene usata al contrario, in quanto la leggera iperglicemia e leggera acidosi che determina, invece di essere controbilanciata dalle altre due categorie di frutta, ne è enormemente potenziata, portando la frutta dolce stessa a costituire persino una delle componenti di uscita da questo anti-fruttarismo;

- la frutta essiccata dolce, è usata al posto della frutta grassa, come categoria di frutta più concentrata, ma è proprio il suo esatto opposto.

  Infatti, mentre, come abbiamo visto, la frutta grassa, specialmente con la sua parte di effetto ipoglicemico, inizia a controbilanciare perfettamente la leggera iperglicemia determinata dalla frutta dolce, la frutta essiccata dolce, con il suo enorme contenuto di zuccheri (mediamente superiore persino al 60%), potenzia in maniera estrema questo sbilanciamento, determinando una forte iperglicemia, ma, addirittura, con la sua esiguità in grassi, rende la fisiologia totale ancora più sbilanciata (altro paramentro assolutamente fondamentale, è che mentre la frutta grassa è decisamente alcalinizzante, la frutta essiccata dolce, del tutto all'opposto, è decisamente acidificante, e persino potenziando la leggera acidificazione determinata dalla frutta dolce).

  Di conseguenza, mentre la frutta grassa inizia a controbilanciare perfettamente la frutta dolce, e toglie anche la voglia di semi oleosi (che sono, appunto, grassi), la frutta essiccata dolce (specialmente in questa terna) porta a numerosi problemi di salute, ma, estremizzando al massimo l'iperglicemia, porta l'organismo addirittura a sentire un forte bisogno di semi oleosi stessi, facendo uscire, in poco tempo, la persona dal suo "fruttarismo", o meglio, anti-fruttarismo.

- la frutta acida (anche e soprattutto se consumata come primo pasto, che, come abbiamo visto, ha estremo bisogno, invece, proprio del frutto specie-specifico per l'uomo), è usata (come terza gamba del tripode, non come orario) al posto della frutta ortaggio, come categoria di frutta meno concentrata, ma, ancora una volta, è proprio il suo esatto opposto.

  Infatti, mentre, come abbiamo visto, la frutta ortaggio, specialmente con la sua parte di effetto ipoglicemico, finisce di controbilanciare perfettamente la leggera iperglicemia determinata dalla frutta dolce, la frutta acida, che ha una decisa prevalenza di glucosio rispetto al fruttosio, potenzia ulteriolmente questa iperglicemia, ma, addirittura, essendo estremamente acidificante, fa il lavoro esattamente opposto alla frutta ortaggio, che, del tutto al contrario, è proprio la categoria di frutta più alcalinizzante in assoluto, portando l'organismo ad una acidosi estrema, potenziando al massimo persino l'acidificazione determinata dalla frutta essiccata dolce e dalla frutta dolce.

  Di conseguenza, mentre la frutta ortaggio finisce di controbilanciare perfettamente la frutta dolce, e toglie anche la voglia di verdure (che sono, appunto, alcalinizzanti), la frutta acida (ancora di più in questa terna), come abbiamo già visto, porta a gravi problemi di salute, ma, estremizzando al massimo l'acidosi, porta l'organismo addirittura a sentire un forte bisogno di verdure stesse, facendo uscire, ancora in più breve tempo, la persona dal suo "fruttarismo", o meglio, anti-fruttarismo. Ma il fruttarismo mai si e' diffuso molto pure per gli effetti dannosi (anche se determinati in tempi leggermente più lunghi) di un altro tipo di anti-fruttarismo (fruttarismo non sostenibile):

2) il cosiddetto "fruttadolciarismo", (cioè consumare solo |o quasi| frutta dolce).

   Come abbiamo visto, la frutta dolce (diversa da mela) è tutta (compreso quella intertropicale) leggermente acidificante e leggermente iperglicemica.

   Infatti, anche la frutta dolce (diversa da mela), come predetto, è inadatta alla specie umana, ma è specie-specifica per diverse altre specie animali; oltre a molte sostanze tossiche ed acidi organici leggermente aggressivi per l'organismo umano (mai per il relativo animale specie- specifico), la frutta dolce ha, contrariamente alla mela (soprattutto alla mela rossa stark, che ha oltre il 92% di fruttosio rispetto al glucosio) una decisa prevalenza di glucosio rispetto al fruttosio, con i seguenti grandi effetti dannosi principali:

- il glucosio è fondamentalmente un alcol, che, anche per questo motivo, è leggermente acidificante (contrariamente al fruttosio che, pur avendo sempre sei atomi di carbonio, è un chetone, e, pure per questa ragione, è assolutamente pH inalterante);

- la differenza tra glucosio e fruttosio è talmente importante che il fruttosio si usa addirittura come terapia contro l'acidosi glicemica (cioè derivante proprio dal glucosio);

- specialmente nella specie umana, mentre il glucosio deve assolutamente essere regolato dall'insulina, con il fruttosio questa dispendiosissima regolazione è assente (infatti il glucosio è uno zucchero biochimicamente ed energeticamente più primitivo rispetto al fruttosio, essendo il glucosio adatto principalmente a specie animali granivore, che lo trovano sotto forma di amido, o a specie animali erbivore, che lo trovano sotto forma di cellulosa, o, al limite, a specie animali carnivore, che lo trovano sotto forma di glicogeno);

- oltre al fatto che il fruttosio mai deve essere regolato dall'insulina, esso aiuta notevolmente le cellule della specie umana, anche in quanto il meccanismo di entrata cellulare (assimilazione) del fruttosio è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE il trasporto PASSIVO (cioè SENZA sprechi di energia o di altre molecole), contrariamente alla MAGGIOR parte del glucosio che ha bisogno del meccanismo di trasporto attivo (che aumenta notevolmente anche l'usura molecolare cellulare, essendo pure un processo continuo; la tipologia principale di trasporto ATTIVO del glucosio e il SIMPORTO, che utilizza una differenza di potenziale creata proprio da un FORTE utilizzo continuo di ATP, cioè tramite un FORTE SPRECO di ENERGIA);

- l'UNICO CARBOIDRATO CHE IL MITOCONDRIO PUO' BRUCIARE E' IL FRUTTOSIO [ovviamente il mitocondrio parte dal piruvato (che è il primo ad entrare nella matrice mitocondriale) il quale, tuttavia, nella glicolisi è ottenibile direttamente SOLO ed ESCLUSIVAMENTE dal FRUTTOSIO;
  unicamente nell'ESTREMAMENTE DANNOSO caso di combustione (ossidazione) dei grassi e della maggioranza delle proteine, come vedremo meglio avvenire nel digiuno, nel mitocondrio entra direttamente l'acetil-CoA (acetil-coenzima A)]; cioè il fruttosio è l'UNICO tipo di zucchero (trofico) che può innescare il ciclo di Krebs all'interno del mitocondrio; infatti anche se si introduce glucosio nella cellula, essendo impossibilitato ad esser utilizzato dla mitocontro,

  DEVE PRIMA ESSERE TRASFORMATO IN FRUTTOSIO; questa trasformazione CONTINUA da glucosio a fruttosio comporta anche un ulteriore FORTISSIMO SPRECO di ENERGIA e di LAVORO per l'INTERA cellula e l'INTERO organismo, in quanto

  > OGNI SINGOLA molecola di glucosio per la TRASFORMAZIONE a fruttosio necessita del COMPLESSO LAVORO di PRODUZIONE ed ESERCIZIO di BEN DUE ENZIMI, l'ESOCHINASI e la FOSFOGLUCOSIO-ISOMERASI,

  > Questo ENORME LAVORO di TRASFORMAZIONE va poi moltiplicato per TUTTI I MILIARDI di MILIARDI di molecole di glucosio trasformate in fruttosio AL GIORNO,

  > Questa TRASFORMAZIONE del glucosio in fruttosio necessita di ALTRI MILIARDI di molecole di ATP AL GIORNO proprio per la PRODUZIONE e SOSTITUZIONE di TUTTI i miliardi di miliardi di molecole dei suddetti ENZIMI DIRETTI relativi a questa trasformazione,

  > ma addirittura questa TRASFORMAZIONE del glucosio in fruttosio necessita di ULTERIORI altri MILIARDI di molecole di ATP AL GIORNO per la PRODUZIONE e SOSTITUZIONE di TUTTI i miliardi di miliardi di molecole degli ENZIMI INDIRETTI (da genetici a ribosomiali) relativi esattamente alla produzione dei miliardi di miliardi di molecole delle suddette esochinasi e fosfoglucosio-isomerasi; (si ricorda che lo stato di acidosi e di stress ossidativo determinato dal glucosio e da tutte le molecole tossiche da cui è sempre accompagnato nei "cibi" diversi da mela, provoca anche una ulteriore FORTISSIMA USURA ENZIMATICA, che costringe la cellula ad un ENORME LAVORO e SPRECO di ENERGIA per l'INTERA SINETSI PROTEICA proprio per la SOSTITUZIONE CONTINUA DEGLI ENZIMI che per il suddetto motivo perdono MOLTO VELOCEMENTE la loro funzionalità, infliggendo inoltre al DNA ulteriori GRAVISSIMI errori di duplicazione dovuti esattamente a questa ulteriore sintesi proteica totalmente forzata);

  il FRUTTOSIO fa RISPARMIARE anche tutta questa ENORME QUANTITA' di ENERGIA, di LAVORO e di DANNI all'INTERO ORGANISMO [come vedremo meglio, i DANNI di TUTTA la COMPLESSA PRIMA parte della glicolisi dovuta proprio al GLUCOSIO sono MOLTO INGENTI soprattutto all'intero insieme dei tessuti CARDIACI, poiché è arcinoto in cardiologia che il CUORE (nella specie umana) è l'organo che più in assoluto pretende il FRUTTOSIO precisamente per evitare ALTERAZIONI ALTAMENTE DANNOSE del suo funzionamento];

- mentre il fruttosio è una molecola levogira (dovuto ad una struttura e configurazione atomica a minima energia, che aiuta anche il trasporto passivo e lo stato di salute in generale), il glucosio, del tutto al contrario, è una molecola destrogira;

- lo spreco di energia che determina il glucosio è dovuto anche al fatto che esso è decisamente meno solubile, nella soluzione fisiologica pure delle cellule umane, rispetto al fruttosio;

- il rendimento energetico diretto del fruttosio è addirittura oltre 1,5 volte superiore a quello del glucosio, e, considerando anche (rendimento energetico indiretto) l'enorme MINOR consumo di energia dovuto alla inalterazione e riequilibrio acido-base, alla innecessità di regolazione insulinica, all'assimilazione cellulare tramite trasporto passivo, all'innesco diretto del ciclo di krebs mitocondriale, alla struttura levogira, alla maggiore solubilità, ecc.,

  avviene che il rendimento energetico TOTALE del fruttosio è di persino oltre 13 volte SUPERIORE a quello del glucosio (questo spiega anche perchè i melariani, soprattutto con le mele rosse stark, che, come predetto, superano il 92% di fruttosio rispetto al glucosio, hanno molta più energia dei fruttariani sostenibili stessi, ed enormemente maggiore dei "fruttacidariani" e "fruttadolciariani", i quali ultimi, mai sentendosi le cellule completamente nutrite, oltre ad essere, col tempo, sempre più deboli, hanno una continua sensazione di fame, pur consumando una quantità molto maggiore di frutta; inoltre il glucosio, rallentando fortemente l'intera glicolisi e richiedendo moltissimo ATP per il suo stesso intero metabolismo, provoca indirettamente una formazione enorme di acido lattico, che accelera profondamente e massimamente anche la sensazione di stanchezza generale);

- del tutto contrariamente al glucosio, il fruttosio mai è cariogeno (carie dentale) ma aiuta addirittura a prevenirla;

- il fruttosio passa per processi di assorbimento e assimilazione MOLTO PIU' GRADUALI rispetto al glucosio, e ciò contribuisce ulteriolmente alla determinazione nell'organismo anche di una MASSIMA CONTINUITA' di energia fisica e mentale, unita ad un piacevolissimo senso di SAZIETA' che DURA ESTREMAMENTE PIU' A LUNGO;

- Ecc.

Il fruttosio conosce due vie di assorbimento: la via extraepatica(intestino-sangue-cellula; minore dispendio di ATP, è **la via predominante esclusivamente durante il melarismo**) e la via epatica (fegato-sangue-cellula; maggiore dispendio di ATP dato che il fruttosio si accumula sotto forma di glucosio nel fegato).

Il fruttosio ha la capacità di entrare nelle cellule tramite il Glut5, tramite trasporto passivo (via diretta). Quindi **per entrare nella via glicolitica, è necessaria al fruttosio una sola reazione.**

Il **glucosio deve sintetizzare 7 enzimi in più rispetto al fruttosio** per essere utilizzato (trasporto attivo 80%). **A livello intestinale** il glucosio per passare nel sangue utilizza il **trasporto attivo** addirittura **nel 100% dei casi (notevole dispendio energetico!).** L'aumento delle reazioni biochimiche metaboliche è notevolmente maggiore nel caso del glucosio rispetto al fruttosio: **ogni sintesi proteica per produrre un enzima richiede dal 30% al 50% dell'ATP.**

Ecco perchè bruciando fruttosio si risparmia molta più energia rispetto al glucosio. Il diabete e molte altre problematiche per il nostro corpo derivano dalla presenza **troppo alta di glucosio nel sangue. Il legame insulina recettore** stimola l'attività tirosin chinasica e porta al **dispendio di 1 ATP** (ulteriore dispendio energetico).

Ora, pur essendo la frutta dolce leggermente acidificante e leggermente iperglicemica, se essa è inserita nell'impostazione giornaliera del fruttarismo 1 e 2 (e, quindi, bilanciata da frutta grassa e frutta ortaggio, sia riguardo l'equilibrio acido-base che l'equilibrio proto-lipo-glicidico; la mela, come predetto, essendo pH inalterante, e' impossibilitata a bilanciare l'acidosi della frutta dolce, che ha bisogno anche proprio del suo opposto |cioè frutta decisamente alcalinizzante come appunto la frutta grassa e la frutta ortaggio|), se la frutta dolce è consumata come unica categoria di frutta (anche comprendendo la mela), la leggera acidosi e leggera iperglicemia (oltre che tossicosi aspecifica generale) che determina nell'organismo (pur mai estreme, come determinano rispettivamente frutta acida e frutta essicata dolce, portando a danni anche visibili mediamente nel giro di alcune settimane o mesi), porta a danni anche visibili mediamente nel giro di alcuni mesi o, al massimo, pochi anni.

I danni fisiologici anche visibili principali nei "fruttadolciariani" (consumando diversi o molti tipi di frutta dolce, anche evitando di mischiare nel singolo pasto o addirittura nell'intera giornata), sono, ad esempio:

- infiammazioni sempre più accentuate;

- dermatosi (di vario tipo; spesso anche pelle secca e screpolata);
- ipereccitazione iniziale (spesso con iperapertura oculare), che si trasforma nel tempo in astenia (debolezza) crescente;

- magrezza eccessiva;

- Iperuresi (formazione eccessiva di urina, con relativa perdita sempre più accentuata specialmente di minerali);

- quasi continua e fastidiosa sensazione di fame (anche consumando una quantità maggiore di frutta dolce; come predetto, con solo quest'ultima categoria di frutta, le cellule umane hanno una biochimica sbilanciata e non si sentono completamente nutrite, segnalando al cervello la sensazione quasi continua di fame, incrementata anche dall'assorbimento ed assimilazione MOLTO MENO graduale del glucosio rispetto al glucosio);

- demineralizzazione generale e problemi crescenti ai denti;

- voglia sempre più intensa di "cibi" diversi da frutta dolce (con un attrazione istintiva crescentemente maggiore verso i "cibi" alcalinizzanti, anche diversi da frutta);
- ecc.

Per comprendere meglio la dannosità dei singoli frutti dolci (come minimo biologici) è sufficiente eseguire dei periodi di monofrutto; contrariamente all'alimentazione di solo mele, che, come vedremo meglio nel paragrafo relativo al melarismo, determina uno stato di salute assolutamente massimo, ma addirittura sempre più perfezionato, e soprattutto se si porta avanti per tutta la vita, con una "dieta" monofrutto di un qualsiasi frutto dolce, si determinano nell'organismo umano diversi problemi, i quali diventano sempre più evidenti addirittura in breve tempo, ad esempio, mediamente:

- con alcune settimane di solo pesche si giunge ad un rallentamento della peristalsi intestinale sempre crescente, spesso fino ad un quasi blocco intestinale;

- con alcuni mesi di solo melone si giunge dapprima ad alitosi crescente, poi a danni del sistema nervoso, specialmente del settore relativo alla memoria (tipici i vuoti di memoria);

- con pochi mesi di solo uva si giunge a sempre più gravi problemi di denti;

- con alcune settimane di sole ciliegie si giunge ad una debolezza sempre più accentuata (anche se si consuma una maggiore quantità);

- con alcuni mesi di solo anguria si giunge a danni crescenti del sistema nervoso, specialmente al settore relativo alla visione (spesso sdoppiamenti di immagine);

- con pochi mesi di solo banane (biologiche) si giunge a diversi danni più generalizzati;

- con pochi mesi di solo mango si giunge a sempre crescenti problemi di denti;

- ecc.

E' ovvio poi che, quando di frutti dolci se ne usano di diversi o tanti tipi, in una dieta appunto "fruttadolciariana", i danni visibili dopo un certo periodo, sono molto più variegati, derivanti dall'incrocio dei danni dei singoli frutti dolci, come, ad esempio, i danni fisiologici visibili dei "fruttadolciariani" descritti prima. [Se si fanno considerazioni comparative di monodiete umane, a rigore scientifico, occorre sempre considerare tutto l'arco dei cosiddetti "cibi" usati attualmente, ad esempio, mediamente:

- se si consuma solo carne (anche se cruda), si vanno incontro a numerosi problemi da pochi giorni a poche settimane, ma essisono sempre più gravi, ma portano persino a sofferenze atroci, fino addirittura alla morte nel giro di due o tre mesi (nel medioevo questa pratica si usava spesso come tortura);

- se si consuma solo un altro prodotto di origine animale (anche se crudo) si giunge a tempi di enorme sofferenza | tipici sono il blocco totale muscolare ed emorragie| ed addirittura decesso mediamente di pochissimo superiori a quelli del solo carne;
- se si consumano solo semi (di qualsiasi tipo, da legumi a cereali, a semi oleosi, anche se crudi) si giunge a diversi problemi già da pochi giorni a poche settimane, ad esempio, forte costipazione, enormi dolori addominali e generali, deciso blocco intestinale, emicrania crescente, dolorosissimi crampi, fino persino alla morte in pochi mesi;

- se si consumano solo verdure (anche se crude) si giunge a diversi problemi già da pochi giorni a poche settimane, ad esempio, forte fermentazione intestinale, dolori addominali e generali crescenti (spesso anche emorragie intestinali), mal di testa sempre più accentuato, e soprattutto una continuamente crescente astenia (debolezza cronica), fino al collasso (tipico è lo svenimento) mediamente in pochi mesi, poi persino alla morte in alcuni mesi.

Risulta chiarissimo, quindi, che le monodiete con i cosiddetti "cibi" diversi da frutta sono estremamente più dannose, ed addirittura in brevissimo tempo, rispetto sia alle monodiete di solo frutta diversa da mela, sia alle monodiete di solo frutta dolce diversa da mela; tuttavia, come abbiamo visto, anche le monodiete di solo frutta dolce diversa da mela (sia con un solo che con più tipi di frutto) portano a danni sempre crescenti all'organismo umano in tempi solo di poco più lunghi, dimostrando, ancora per l'ennesima volta, che (come vedremo meglio nel paragrafo relativo al melarismo) pur essendo il monotrofismo la fenomenologia animale naturale, nemmeno NESSUN TIPO DI FRUTTA DOLCE (diversa da mela) E' ADATTO ALLA SPECIE UMANA.

Ecco anche perchè, nel fruttarismo umano, è assolutamente indispensabile applicare il FRUTTARISMO SOSTENIBILE, che è l'UNICO fruttarismo al mondo che consente, controbilanciando i predetti danni acidotici, iperglicemici e di tossicosi aspecifica generale determinati dalla frutta dolce (diversa da mela), TRAMITE PROPRIO LA FRUTTA GRASSA E LA FRUTTA ORTAGGIO, si giunge finalmente ad uno STATO DI SALUTE DI MOLTISSIMO SUPERIORE a qualsiasi altro modello alimentare utilizzante più "cibi", ma addirittura di GUARIRE LETTERALMENTE da qualsiasi cosiddetta "malattia" preesistente (anche se la guarigione totale si ottiene solo col melarismo successivo)].

Dunque, il messaggio fondamentale che ne consegue per tutti i fruttariani, o aspiranti fruttariani, di tutto il mondo, è:

LA FRUTTA GRASSA E LA FRUTTA ORTAGGIO SONO DEL TUTTO ESSENZIALI NEL FRUTTARISMO (DA USARE NEL TRIPODE, CON LA FRUTTA DOLCE).

QUINDI EVITATE DI FARE ANCHE MINIMAMENTE, GLI "SCHIZZINOSI" CON QUESTE DUE CATEGORIE DI FRUTTA, PERCHE' SAREBBE IL PRIMO PASSO DI USCITA (OLTRE CHE DI DANNI ALL'ORGANISMO), ASSOLUTAMENTE CERTA, DAL FRUTTARISMO STESSO.

Tutti i fruttariani che hanno fatto gli "schizzinosi" con la frutta grassa e la frutta ortaggio [sostenendo che sono frutti inadatti all'uomo, ignorando che, come abbiamo visto, nessun frutto, a parte la mela, è adatto alla specie umana, compresa la frutta dolce (proprio per questo motivo, va sempre costantemente controbilanciata dalla frutta grassa e frutta ortaggio)] SONO POI MISERAMENTE FINITI NEL FANGO MELMOSO DEI SEMI E DELLE VERDURE, SPESSO FINO A RIMANGIARE ANCHE AMIDACEI COTTI. Quindi ricordarsi sempre che dire no a frutta grassa e frutta ortaggio

EQUIVALE PERFETTAMENTE A DIRE SI', IN POCO TEMPO, COME MINIMO, A SEMI, VERDURE, E SPESSO ANCHE A "CIBO" AMIDACEO COTTO

[e, ovviamente, è infinite volte meglio mangiare, ad esempio, delle olive, addirittura contenenti un po' di sale, che però sono sempre frutta, e per di più molto alcalinizzante e bilanciante biochimicamente, o dei pomodori, sempre molto alcalinizzanti, che mangiare un "cibo" per roditori come i semi, o un "cibo" per capre come le verdure (con tutte le loro velenosissime sostanze secondarie), o peggio, "cibo" per galline come i cereali, per di più se cotti, che, sono puro "cibo-spazzatura", o meglio, a rigore scientifico, veleno puro per la specie umana].

Ora, una volta acquisita questa consapevolezza della indispensabilità della frutta grassa e frutta ortaggio per un fruttarismo sostenibile, nel mondo si sono praticate purtroppo anche le due ultime suddette tipologie principali di anti-fruttarismo, i cosiddetti "fruttonnarismo" e "frugrassortaggismo", che, pur portando di poco più lentamente ad effetti dannosi sull'organismo umano, li determina in maniera sempre crescente:

3) il cosiddetto "fruttonnarismo" (cioè consumare tutte le categorie di frutta). Comprendendo anche la frutta estremamente acidificante, cioè frutta acida (oltre la eventuale frutta essiccata dolce), rende completamente vana l'azione alcalinizzante della frutta grassa e frutta ortaggio, che a malapena riescono a controbilanciare la leggera acidità della frutta dolce, ma, come vedremo meglio più avanti, sono assolutamente incapaci di contrastare la violentissima e soprattutto profonda aggressività delle tipologie di milardi di molecole fortemente acide, iperossidanti ed altamente tossiche della frutta acida, a cominciare dalle arance.

   Infatti, è stato ormai chiarissimamente rilevato che, addirittura anche nel caso si riuscisse a ottenere un pH alcalino (o molto alcalino) con una grande prevalenza di frutta grassa e frutta ortaggio sulla frutta acida, quest'ultima riesce lo stesso, tramite anche la postdetta ossidazione ipercomplessa (con la quale sottrae miliardi di elettroni al secondo), ad innescare una letterale corrosione tissutale, cellulare e molecolare interna all'organismo, con un meccanismo basato pure sulla differenza di elettronegatività stereometrica molecolare, il quale essendo completamente diverso da quello già fortemente tossico determinato dagli ioni H_3O^+, è di conseguenza assolutamente non rilevabile dalla semplice misurazione del pH, o dalle classiche misurazioni ossidative secondarie principali. Inoltre, è ormai noto che le stesse molecole acidificanti della frutta acida producono

addirittura miliardi di particolari radicali liberi nell'iorganismo umano, anch'essi irilevabili attraverso il pH, o altre misurazioni semplici relative.

Motivazioni simili e quasi altrettanto gravi riguardano il consumo di frutta essiccata dolce, anche nel suddetto caso di rilevazione di pH alcalino (o molto alcalino).

Nella grande casistica della verifica della riproducibilità, i danni organici profondi sui "fruttonnariani", come sempre, comparivano in presenza di frutta acida (a cominciare dalle arance; o di frutta essiccata dolce) e scomparivano in assenza della stessa, pure in ripetizione continua di questa alternanza, persino continuamente in corrispondenza di pH alcalino (o molto alcalino) determinato dal consumo di frutta grassa e frutta ortaggio.

4) il cosiddetto "frugrassortaggismo" (cioè consumare mele, e solo |o quasi| frutta grassa e frutta ortaggio).

L'ultima tipologia principale di anti-fruttarismo, il cosiddetto "frugrassortaggismo", pur essendo l'anti-fruttarismo di poco meno grave, porta comunque a problemi di salute crescenti.

Come sappiamo la mela rossa, in particolare stark, è l'unico frutto al mondo capace di mantenere il pH ematico naturale perfetto della specie umana a 7,41, ma se, nell'impostazione giornaliera, alla mela rossa si aggiunge solo frutta grassa e frutta ortaggio (o solo una delle due), il pH ematico si sposta costantemente verso l'eccesso di alcalinità, determinando gradualmente tutti gli effetti negativi sull'organismo tipici dell'alcalosi primaria (differenziati a seconda della persona e delle quantità relative, ad esempio: cefalea, debolezza crescente, eccesso patologico di ore di sonno, nervosismo latente, fino a possibilità crescente di svenimento).

[è stato anche rilevato sperimentalmente che periodi più lunghi di eccesso di alcalinità portano poi, per reazione fisiologica, l'organismo addirittura ad acidosi crescente e decisamente patologica; soprattutto la frutta grassa e la frutta ortaggio, pure in fase fruttariana,

SOLO SE CONSUMATE A PRANZO (o, peggio come primo pasto) INVECE CHE ESCLUSIVAMENTE A CENA,

portano gradualmente ad un effetto di pH opposto, cioè diventano persino acidificanti, facendo perdurare l'effetto acidificante anche durante tutto l'arco della nottata, con effetti finali simili addirittura a quelli della frutta acida, cioè magrezza estrema, debolezza cronica, patologie crescenti, ecc.; quindi,

RISPETTATE ANCHE I RITMI FISIOLOGICI TEMPORALI NATURALI DELLA SPECIE UMANA esposti nella SEQUENZA giornaliera del consumo dei vari tipi di frutta ralativa al FRUTTARISMO SOSTENIBILE E MAI CAMBIATELIA].

Infatti, come abbiamo visto, è vero che nel fruttarismo (sostenibile) la frutta grassa e la frutta ortaggio sono assolutamente indispensabili, ma è anche vero che, al tempo stesso, queste due categorie vanno assolutamente sia equilibrate biochimicamente (equilibrio proto-lipo-glicidico), sia bilanciate in termini di pH (equilibrio acido-base), sia in termini di sequenza temporale giornaliera, con la presenza nella stessa giornata (nella sequenza sostenibile) della frutta dolce (diversa da mela), in quantita solo di poco inferiore a quella dell'insieme di frutta grassa e frutta ortaggio (pure perchè la riserva alcalina dell'intero organismo, anche se usurata negli anni precedenti, si può biochimicamente ripristinare in modo ottimale unicamente mantenendo sempre sia il pH a 7,4 |anche l'alcalosi stessa addirittura ne blocca il ripristino, pure per motivi reazione inversa|, e sia l'essenziale equilibrio proto-lipo-glicidico), ma SOLO ed ESCLUSIVAMENTE, e semplicemente, nei MODI e nei TEMPI del predetto fruttarismo SOSTENIBILE.

Dunque, qualsiasi tipo di anti-fruttarismo (fruttarismo insostenibile), a cominciare da quelli suddetti, va assolutamente DIMENTICATO, puntando a praticare sempre più consapevolmente solo ed esclusivamente il FRUTTARISMO SOSTENIBILE, così come spiegato nel paragrafo relativo, applicato nei suoi tre livelli consecutivi.

Se proprio volete fare i perfezionisti, quelli veri però, allora puntate al melarismo (sempre con la gradualità predetta), ma sempre tenendo il tripode (frutta dolce, grassa, ortaggio) fino all'ultimo, solo diminuendo contemporaneamente tutte e tre le suddette categorie insieme (mai togliendone una per volta, proprio per evitare di alterare l'equilibrio fisiologico).

TUTTO IL RESTO E' ASSOLUTAMENTE FALSO PERFEZIONISMO.

Applicate il fruttarismo con un po’ di buon senso, con rispetto verso voi stessi e verso gli altri, visto anche che se fallite voi, ha fallito il mondo.

I fruttariani, infatti, hanno anche una enorme responsabilità, quella di riuscire a dimostrare che il fruttarismo funziona alla grande, che può salvare milioni di persone che, in questo esatto momento, stanno soffrendo o morendo negli ospedali di tutto il mondo, ma che è assoluttamente l'unico modo per addirittura salvare l'intero pianeta, dall'infelicità, da ogni forma di sofferenza, da ogni forma di schiavitù, a cominciare dal cosiddetto "lavoro salariato", che oltre a schiavizzare le persone

per quasi tutta la vita, genera, moltiplicato sette miliardi di persone, un sistema capitalistico che sta letteralmente distruggendo tutto il pianeta.

I fruttariani devono evitare di sbagliare una sola virgola (come si è visto, ci sono un sacco di tranelli in cui si può cadere; come sempre "oltre avere la bicicletta, bisogna poi trovare l'equilibrio giusto per andarci sopra senza cadere"), EVITATE IL FRUTTARISMO "A VANVERA", che diventa subito anti-fruttarismo, e invece di diventare l'esempio stupendo di fruttarismo, diventate l'esempio schifoso di anti-fruttarismo, ridicolizzati anche dagli onnariani stessi, che comunque staranno addirittura meglio di voi.

PRIMA REGOLAPER EVITARE DANNI: MAI SEGUIRE CONSIGLI SUL FRUTTARISMO DATI DA CHI NEMMENO E' FRUTTARIANO, perchè ovviamente nemmeno sa quello di cui sta parlando.

Nemmeno consigli dati da chi è stato fruttariano anche per un lungo periodo ma poi ha avuto dei problemi, oppure è tornato indietro per qualsiasi altro motivo, perchè sicuramente ha commesso molti errori (SEMPRE CHE LI AMMETTA) che voi assolutamente dovete evitare di rifare.

Questo anche perchè, se poi mal vi riesce o state male, invece poi di essere l'esempio più virtuoso e felice del pianeta, diventate lo zimbello del pianeta, presi in giro da tutti, e soprattutto da voi stessi, visto che dopo nemmeno crederete più nel fruttarismo, diventando anche degli "anti-fruttariani" teorici, cioè che parlano male del fruttarismo solo perchè a voi mal è riuscito, o, addirittura siete stati male, come già e' successo troppe volte nella storia.

Ma, come abbiamo visto, quello che mai riesce, o fa stare male, è solo l'"anti-fruttarismo" o errori analoghi, mentre, del tutto al contrario, il fruttarismo (sostenibile), quello vero, se seguite umilmente questo testo, frutto di moltissimi decenni di esperienza (pratica e scientifica) di un enorme numero di persone, con casistica analizzata dettagliatamente da tutto il mondo, FUNZIONA ASSOLUTAMENTE SEMPRE ALLA GRANDE;

basta essere umili ed evitare di fare di testa propria, inventando delle teorie che distruggono lentamente la vostra salute, e, di conseguenza il futuro del mondo: perchè voi fruttariani siete il futuro del mondo, ricordatelo sempre, ecco perchè dovete assolutamente RIUSCIRE, a cominciare proprio dalla vostra SALUTE.

Gestione dei "cedimenti"; ricordare il detto: "SE TOCCHI SEI FREGATO".

Eventuale modo di "rientro": METODO "SFIZIO-1-10"

Una volta trovato un giusto equilibrio fruttariano, è sufficiente evitare di cedere alla curiosità di riassaggiare vecchi "cibi" diversi da frutta (il solo ricordo mentale è sufficiente a farci ricordare lo schifo reale che facevano), perchè, come predetto, essendo specialmente il cosiddetto "cibo" diveso da frutta tossico e generante una dipendenza (quindi una tossico-dipendenza), E' PERFETTAMENTE UNA DROGA, ma è LA DROGA PIU' MICIDIALE esistente su questo pianeta, in quanto oltre a modificare ogni settore del nostro organismo, ma va addirittura a costituirne ogni singola molecola di cui siamo composti.

Quindi, così come L'EX-FUMATORE(CHE HA SMESSO DI FUMARE ANCHE DA ANNI), RIFUMANDO (anche solo per curiosità) PERSINO UNA SOLA SIGARETTA, RIPRENDE INCONTROLLABILMENTE A FUMARE ADDIRITTURA COME E PEGGIO DI PRIMA, E CON UNA ENORME DIFFICOLTA' A RISMETTERE, SPESSO NEMMENO RIUSCENDOCI MAI PIU' (e questo vale per qualsiasi altra droga, compreso, appunto, il "cibo" inadatto alla nostra specie), allo stesso identico modo, UN FRUTTARIANO (CHE LO E' ANCHE DA ANNI),

CHE RIASSAGGIA (anche solo per curiosità) ANCHE UN SOLO PEZZETTO DI "CIBO" DIVERSO DA FRUTTA, RIPRENDE INCONTROLLABILMENTE A MANGIARE ADDIRITTURA COME E PEGGIO DI PRIMA, E CON UNA ENORME DIFFICOLTA' A RISMETTERE, SPESSO NEMMENO RIUSCENDOCI MAI PIU'.

A riassumere tutto ciò, esiste un detto, mai dimenticare mai: "SE TOCCHI SEI FREGATO" che vale per qualsiasi droga, compreso il "cibo-droga" (cioè il "cibo" diverso da frutta).

Anche perchè ciò innesca immediatamente 2 tipi di dipendenza fondamentali:

- la dipendenza psicologica: ad esempio, il principale meccanismo perverso in cui cade il cervello dopo che si assaggia anche un solo grammo di cosa diversa da frutta è: "perchè quella cosa sì e quell'altra no?", entrando in un vortice sempre più grande, sempre più frequente, esenza fine, è il vero inferno; ecco anche perchè l'unica soluzione è assolutamente: "zero tossine".

- la dipendenza fisica: MAI pensare che la sola forza di volontà sia più forte della dipendenza biochimica tossiemica, E' IL CLASSICO ERRORE ENORME IN CUI INCIAMPANO MOLTISSIMI NEL MONDO. Basta sapere che i

neurotrasmettitori relativi alla forza di volontà, sono letteralmente sostituiti dai neurotrasmettitori della dipendenza biochimica tossiemica stessi, è semplicemente sostituita da un suo falso analogo biochimico.

Comunque, se, per qualsiasi motivo, si dovesse cadere in questo errore gigantesco (di riassaggiare anche un solo grammo di "cibo" diverso da frutta), e, quindi, ricadere nella dipendenza fisica e mentale del "cibo-droga", l'unica soluzione per reinnescare in noi il fruttarismo (o qualsiasi altra fase a cui eravamo arrivati) senza ulteriori false voglie indotte, è il modo di "rientro", definito METODO "SFIZIO-1-10":

- ("sfizio") Prima di tutto assicurarsi che il nostro cervello si sia effettivamente liberato di tutti quegli eventuali sfizi fondamentali (di solito sono solo due o tre) che sono rimasti dal nostro passato (basta toglierci quei pochi principali, quelli secondari vanno via di conseguenza)

  Per sapere quali sono gli sfizi fondamentali veri rimasti in fondo al nostro cervello, basta porsi la seguente domanda-chiave: "se in tutto il mondo dovesse mai più produrre niente altro che la frutta, da ora e assolutamente per sempre, cosa vorresti ancora riassaggiare almeno un ultima volta?".

  Se il nostro cervello risponde "niente", allora è già libero, e si può passare alla fase successiva ("1"), ma se risponde quei due o tre sfizi a cui si accennava, allora bisogna toglierseli subito, anche riassaggiandoli, cercando, molto attentamente, di notare tutte quelle sensazioni di gusto negative (che, dopo una fase di fruttarismo o simili, ci sono sicuramente) che ci danno mentre le mangiamo, e fissare benissimo solo quelle nella nostra memoria, cercando di fare in modo che sia l'ultima volta che ne mangiamo.

  Alla fine, bisogna riporsi la suddetta domanda, e fare (il meno possibile) la stessa operazione fino a che il nostro cervello risponde "niente".

- ("1") Immediatamente, il giorno dopo, fare un giorno di fruttarismo 1 o 2;

- ("10") Subito dopo, fare dieci giorni a solo mele (rosse) (nella quantità minima che sentiamo, ma mai meno di una o due mele al giorno, di almeno due etti ciascuna).

[Questo anche in quanto, per riuscire ad uscire nuovamente dalla dipendenza-tossiemica, nemmeno basta più la gradualità, serve assolutamente una "terapia d'urto", comunque di molto facilitata dal fatto che si è già stati fruttariani (o fasi vicine)].

Solo dopo questi 10 giorni di mele, si può gradualmente riprendere la fase alimentare alla quale eravamo arrivati; ma questa volta senza dimenticarsi mai più il detto "SE TOCCHI SEI FREGATO", e, quindi, ben sapendo che "ricedere", anche una sola volta, ad un solo milligrammo di "cibo" diverso, ci fa immediatamente rientrare in un inferno dal quale DIVENTA SEMPRE PIU' DIFFICILE USCIRE, visto anche che il predetto metodo "sfizio-1-10" nemmeno può funzionare per troppe volte.

I 3 ERRORI GRAVISSIMI CLASSICI DEI FRUTTARIANI: FRUTTA ACIDA, DIGIUNO, E CARENZA DI MELE (ROSSE); (piccolo elenco di altri grandi errori)

Le conferme scientifiche dell'enorme impatto salutare negativo della frutta acida sono arrivate anche da numerosissimi altri studi condotti in molte altre parti di tutto il mondo, e gli scienziati hanno, inoltre, riscontrato che la frutta acida è enormemente dannosa anche a tutti i restanti livelli istologici (tissutali), proprio in quanto la fortissima acidificazione del sangue che essa determina arriva, per semplice circolazione ematica, a tutti i settori dell'intero organismo, innescando una vera e propria verosione tissutale generalizzata.

In gergo clinico, si dice, di conseguenza, che LA FRUTTA ACIDA "SCAVA" L'ORGANISMO, e, inoltre, siccome addirittura tende a chiudere (per stessa reazione cellulare di difesa antiacido) i medesimi canali cellulari nutrizionali responsabili dell'assimilazione stessa, sempre in gergo clinico, si dice anche che la frutta acida "chiude" le cellule (anche all'assimilazione stessa di altra frutta, od altro "cibo"), cosa altamente negativa perchè diminuisce anche l'assimilazione di vitamine ed antiossidanti, di conseguenza aumentando fortemente l'erosione tissutale, e addirittura la letterale corrosione acidosica cellulare.

Altri dettagli sulla dannosità enorme della frutta acida si trovano, ovviamente, nei paragrafi (precedenti) relativi a questo argomento. Meccanismo negativo esattamente analogo e addirittura peggiore è provocato anche dal digiuno (solo acqua o, peggio, anidro), come analizzeremo meglio nel capitolo relativo alla Terapeutica moderna.

Ecco perchè solo ed esclusivamente i fruttariani che consumano abitualmente anche la FRUTTA ACIDA SONO QUASI GLI UNICI (insieme a quelli che saltuariamente digiunano, per i motivi anche di acidificazione espressi nel paragrafo relativo al

digiuno), (e insieme a quelli che non consumano almeno due mele rosse al giorno), CHE HANNO AVUTO DEI PROBLEMI, oltre che scheletrici generali e dentali in particolare, anche di usura tissutale, ad esempio muscolare e dermatologica, fino ad avere, tra l'altro, un fisico estremamente magro (pur consumando poi anche altra frutta in quantità), una fastidiosissima sensazione di debolezza, un fastidioso eccesso di urina, una fastidiosa fermentazione gastrica ed enterica (cioè nello stomaco e nell'intestino), oltre che numerosi altri fastidi e problemi secondari, visti meglio nei paragrafi relativi alla frutta acida.

Poi, inoltre, una delle conseguenze successive di ciò, è che l'organismo, a mano a mano che la sua acidificazione diventa sempre più profonda, come accenavamo, sente gradualmente sempre di più l'urgenza di rialcalinizzarsi, facendo venire una voglia, anche mentale, al fruttariano che commette anche uno solo di questi gravissimi errori, di nutrirsi urgentemente con qualcosa che possa rialcalinizzare velocemente l'organismo stesso (addirittura anche al di là della capacità rialcalinizzante dell'altra frutta medesima), venendo alla fine istintivamente, proprio per il semplice meccanismo organico automatico di difesa dagli acidi, irrimediabilmente attratto anche da una semplice foglia di insalata (che è alcalinizzante), e quindi, specialmente la frutta acida, oltre ai numerosi danni organici predetti, porta anche il fruttariano ad uscire dal fruttarismo.

Inoltre, la suddetta foglia d'insalata, con le sue sostanze tossiche secondarie, fa reinnescare in lui una forma di intossicazione aspecifica, e quindi di dipendenza che, col tempo, altresì non togliendo le cause acidogene, lo porta gradualmente a reinserire anche altre verdure, cosa che per semplice compensazione tossiemica aspecifica, lo porta gradualmente a reinserire anche i semi (e talvolta anche altro, pure per scoraggiamento mentale conseguente).

E' PROPRIO ESATTAMENTE PER QUESTO MOTIVO PRINCIPALE CHE IL FRUTTARISMO MAI SI E' DIFFUSO IN MANIERA ESPLOSIVA IN TUTTO IL MONDO,

proprio perchè la maggior parte delle persone, quando diventano fruttariane, mettono immediatamente (per la nostra ex "cultura" errata mondiale) al centro dell'importanza specialmente le arance, invece di usare come asse centrale le mele.

Tutta la restante micidiale sequenza citata è una semplicissima diretta conseguenza di questo, PROPRIO IL PEGGIORE IN ASSOLUTO DI TUTTI GLI ERRORI CHE PUO' COMMETTERE UN FRUTTARIANO.

Inoltre molti, pur limitando la frutta acida, effettuano saltuari digiuni (che, come abbiamo accennato e vedremo più avanti, sono peggio anche della frutta acida stessa), avendo, col tempo, effetti negativi estremi simili sulla salute.

Infine molti, pur limitando la frutta acida e annullando il digiuno, nemmeno consumano almeno due mele rosse al giorno e tutti i giorni dell'anno, portandosi quindi, col tempo, ad effetti negativi enormi simili sulla salute.

Ovviamente, le conseguenze peggiori le ha avute chi, disastrosamente, ha effettuato tutti e tre i predetti errori gravissimi, e cioè, oltre a consumare abitualmente frutta acida (che fa male specialmente la mattina a stomaco vuoto, ma in generale sempre), faceva saltuariamente, anche in maniera poco frequente, dei digiuni (solo acqua o peggio, anidro), anche di pochi giorni o di un giorno solo, e addirittura evitava consumava nemmeno almeno due mele rosse al giorno, (cosa che, come abbiamo visto, è assolutamente essenziale che sia fatta tutti i giorni dell'anno).

Insomma, i 3 classici errori gravissimi dei fruttariani, addirittura in tutto il mondo ed in tutte le epoche, sono stati proprio

LA FRUTTA ACIDA, IL DIGIUNO E LA CARENZA DI MELE (ROSSE); dispiace moltissimo pensare che SENZA QUESTI SOLI 3 TREMENDI E MASSACRANTI ERRORI, OGGI IL FRUTTARISMO (ED IL MELARISMO), (conosciuti fin dai tempi più antichi, come vedremo meglio anche più avanti) SAREBBERO OVVIAMENTE I MODELLI ALIMENTARI PIU' CONOSCIUTI E DIFFUSI IN ASSOLUTO SULL'INTERO PIANETA, proprio per i loro effetti positivi potentissimi sulla salute, allegria e felicità.

Moltissime persone, invece, COMMETTENDO ANCHE UNO SOLO DI QUESTI 3 ENORMI ERRORI, col tempo ha avuto numerosi problemi di salute (principalmente i suddetti), QUINDI, OVVIAMENTE, HA DESISTITO DALL'ANDARE AVANTI, e, allo stesso tempo, HA FATTO UNA PESSIMA PUBBLICITA' AL FRUTTARISMO (O MELARISMO), che, del tutto al contrario, se attuati con un minimo di buon senso, sono assolutamente gli unici modelli alimentari che consentono la salute, addirittura perfetta (in particolare col melarismo). In conclusione, come si accennava prima, si puo mantenere (ma solo nel fruttarismo 1) un pochino la frutta acida dalla propria alimentazione (anche fruttariana), e, conoscendone la enorme dannosità, limitarne al massimo il consumo: mai più di una volta alla settimana, in piccola quantità, assolutamente mai come prima cosa assunta nella giornata, e mai a stomaco vuoto.

Per quanto riguarda il digiuno, invece, è assolutamente meglio evitarlo del tutto sempre, e, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne, anche in fase fruttariana, se proprio si vuole fare una "disintossicazione ancora più estrema e profonda", (cosa che comunque, se si attua il predetto perfezionamento alimentare fino al fruttarismo e melarismo, e' del tutto inutile, ma è addirittura sempre molto meglio una alimentazione che migliora GRADUALMENTE, MA IN CONTINUAZIONE, piuttosto che intossicanti stress trofici saltuari) l'UNICO modo è con

solo mele rosse (sempre arrivandoci gradualmente), ANCHE UNA SOLA MELA ROSSA AL GIORNO (di almeno 3 etti), MA ASSOLUTAMENTE MAI MENO DI CIO'.

Se, oltre alle due ultime suddette accortezze, si consumano almeno due mele rosse al giorno (a stomaco vuoto, almeno una delle due come prima cosa consumata della giornata, e assolutamente tutti i giorni dell'anno), che, nell'insieme, più passa il tempo e più sono cose del tutto piacevolissime da fare, nel resto dell'intera nostra vita staremo in salute (e quindi, in natura, felicità) praticamente perfetta, ma, come vedremo meglio nel capitolo dedicato alla gerontologia moderna, più ci avvicineremo al melarismo e più, ultimandosi il perfezionamento salutistico assoluto, si bloccheranno, e addirittura si invertiranno, gradualmente, gli stessi processi d'invecchiamento (come vedremo meglio, è un fenomeno biologico banalissimo, conosciuto come "fase G-zero").

Altri ERRORI MOLTO GRANDI, anche se meno diffusi, dei fruttariani sono:

- la FRUTTA ESSICCATA DOLCE che è molto acidificante (anche se reidradata in qualsiasi modo, rimane decisamente acidificante); (determina anche una forte iperglicemia, che, pure in quanto tale, è assolutamente inbilanciabile da frutta grassa e frutta ortaggio); (al limite, si può usare come eccezione, ma solo nel fruttarismo 1 e nei tempi e modi predetti);

- i SUCCHI di FRUTTA (dolce e, peggio, acida) che sono un'altra cosa dannosa per la nostra salute: come tutte le cose naturali modificate artificialmente, sono tutti decisamente acidificanti, compreso il succo di mela, pure se centrifugata a casa e bevuto subito (anche se il centrifugato di mela è il succo di frutta dolce meno acidificante in assoluto).

In generale basta sapere che, anche una cosa potenzialmente alcalinizzante, se viene prima modificata in qualsiasi modo dalla sua struttura naturale (ad esempio, frullandola, centrifugandola, cuocendola, ecc.) tende comunque verso l'acidificazione, e, quindi, mentre la frutta grassa e la frutta ortaggio diventano solo meno alcalinizzanti (ma sempre peggiorati come effetto sulla salute), la frutta dolce, la frutta essiccata dolce e la frutta acida, che sono già rispettivamente da leggermente ad estremamente acidificanti, lo diventano in misura ancora maggiore, con quasi tutte le conseguenze negative relative alla frutta acida (ovviamente i succhi e spremute di frutta acida sono ancora peggio della frutta acida intera stessa).

Solo fino al fruttarismo 1, si posso un pochino mantenere i succhi di frutta (dolce ed acida), e, sapendo che sono comunque tossici e decisamente acidificanti, è assolutamente indispensabile usarli solo come eccezione (mai più di un paio di volte a settimana, in minima quantità, mai come prima cosa della giornata e mai a stomaco vuoto).

- ACETO (di qualsiasi frutto e tipo),
- ALCOLICI (di qualsiasi frutto e tipo, come vino, sidro, ecc.),
- SALE (di qualsiasi tipo),
- SPEZIE [di qualsiasi tipo, come peperoncino (piccante), pepe, ecc.],
- FUMO (di qualsiasi tipo), e tutte le tipologie analoghe; questi ultimi prodotti sono

TUTTI ESTREMAMENTE ACIDIFICANTI ed ALTAMENTE DANNOSI PER LA SALUTE; in fase fruttariana vanno ELIMINATI TOTALMENTE (al limite, ma solo fino alla fase di fruttarismo1, usati come rara eccezione, mai più di una volta a settimana, fino a scalarli ed eliminarli totalmente il prima possibile, mai oltre il terzo mese di fruttarismo); tra l'altro, fare MOLTA ATTENZIONE se, come eccezione, si utilizzano, ad esempio, frutti ortaggio sott'olio (come zucchine, peperoni, melanzane, ecc.) in quanto spesso contengono anche ACETO, che ha pure una capacità enorme di CORROSIONE DENTALE (anche per acidosi interna pulpare), molto subdola e che si scopre solo quando i denti sono ormai molto danneggiati, anche se si lavano;

se si dovesse avere l'abitudine precedente di usarli:

> al posto dell'aceto, usare l'olio d'oliva denocciolato;
> al posto del vino, usare, al limite, succo d'uva (che, inoltre, è molto più gustoso);

> al posto del sale, basta usare una quantità maggiore (all'inizio anche di tanto) di olio d'oliva denocciolato;

> al posto del peperoncino o del pepe, usare la povere di peperone rosso (cioè peperone rosso essiccato e poi frullato finemente);

> al posto del fumo, mangiare il proprio frutto (o ricetta fruttariana) preferito, ovviamente tra quelli relativi al fruttarismo

sostenibile.

Nel fruttarismo: i GRANDI ERRORI classici che portano al DIMAGRIMENTO ECCESSIVO, e/o alla debolezza, e/o all'eccesso di urine: sono le prime tre cause sintomatiche di demotivazione ad iniziare o continuare il fruttarismo (quasi sempre sono effetti collegati tra loro).

AUMENTARE PESO e MASSA CORPOREA COL FRUTTARISMO IN MODO ADDIRITTURA SEMPLICISSIMO

Nessuna specie animale che si nutre con una alimentazione adatta alla sua specie (o di moltissimo vicina ad essa) dimagrisce rispetto al proprio peso ideale, cioè naturale, o è debole, o espelle una quantità di urine eccessiva.

Se ciò avviene per qualcuno della specie umana, è, ovviamente, solo ed esclusivamente PERCHE' E' STATO COMMESSO QUALCHE ERRORE. Di solito, il DIMAGRIMENTO ECCESSIVO ha le stesse cause della debolezza e/o eccesso di urine. L'errore fondamentale in assoluto è addirittura anche concettuale di base:

IL PARAMETRO ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE PER RIMETTERE PESO O MASSA CORPOREA, E' IL PH EMATICO, e mai solo le calorie.

COLUI CHE E' TROPPO MAGRO RISPETTO AL PESO FORMA (qualsiasi sia il modello "alimentare" condotto), HA UN ORGANISMO PREVALENTEMENTE in ACIDOSI oltre che forse INTRODUCENDO POCHE CALORIE (in quanto, proprio per i motivi prima esposti sul fabbisogno calorico indotto, la quantità perfetta di calorie per una salute ed una massa corporea ottimale, in stato di usura proteica e generale minima, è, e deve essere, bassissima). Come abbiamo già visto, il mestiere dell'acido è proprio quello di corrodere, e lo fa proprio nella maniera più massacrante in assoluto, cioè determinando un aumento di ioni H_3O^+ in soluzione sia ematica che citoplasmatica, che, strappando letteralmente elettroni anche a tutte le nostre delicatissime strutture macromolecolari che incontrano (a cominciare proprio dalle proteine), le distruggono o le alterano a tal punto, DA OTTENERE UNA GENERALE USURA ELEVATISSIMA DI TUTTI I NOSTRI TESSUTI, e, quindi, in definitiva, anche proprio esattamente DELLA NOSTRA MASSA CORPOREA.

QUANDO SI E' SOTTOPESO, BISOGNA EVITARE DI PENSARE CHE SI STANNO INTRODUCENDO SOLO POCHE CALORIE, ALLO STESSO TEMPO, SI STA LETTERALMENTE SCAVANDO L'INTERO CORPO, FINO ALL'ULTIMA MOLECOLA, CON "CIBI" ACIDIFICANTI, invece di nutrire l'organismo, lo bucano letteralmente pezzo dopo pezzo, esattamente come una goccia di acido posta su di un tavolo, lo corrode lentamente fino addirittura a bucarlo.

Le molecole, sfaldate per acidosi una per una, vengono disciolte nel sangue, ed i loro residui, in varie forme, filtrati dai reni ed espulsi dalle urine.

Il corpo, quindi, in stato di ACIDOSI:

- oltre a perdere letteralmente pezzi ogni giorno, anche 24 ore su 24, diminuendo continuamente la massa corporea (portando le molecole sfaldate nel flusso ematico),
- oltre a poter provare debolezza (specialmente per ipossigenazione cellulare acidotica),
- può entrare in iperuresi (eccesso di urine) (sia per una accelerazione metabolica acidotica, sia per la maggiore eliminazione di molecole sfaldate).

Dunque, in caso di perdita di peso sotto il peso forma, vanno assolutamente cercati nella quantita' di CIO CHE ESCE, più che nella quantità di ciò che entra.

Semplificando totalmente il concetto, se vogliamo mantenere un sacco di sabbia pieno, è assolutamente inutile cercare solo di aumentare al massimo l'introduzione di altra sabbia da sopra, se prima lasciamo aperto l'enorme buco (cioè l'acidosi) sotto al sacco dal quale sta continuamente (persino 24 ore su 24) uscendo proprio il grosso della sabbia; addirittura, se EVITIAMO Di CHIUDERE prima benissimo il buco sotto, aumentando la quantità di sabbia messa da sopra, aumenta la pressione sulla sabbia sotto e quindi la sua velocità di uscita, e proprio questo fatto farà aumentare enormemente l'attrito sui contorni di tutto il buco, facendolo allargare ulteriolmente, facendo uscire ancora più velocemente la sabbia.

Infatti, solo ed esclusivamente una volta chiuso perfettamente il buco sotto al sacco, noteremo che basterà addirittura pochissima sabbia, ed il sacco rimarrà sempre assolutamente pieno. Per quanto riguarda i FRUTTARIANI, i GRANDI ERRORI classici principali, in tutto il mondo, che portano ai predetti problemi, DIMAGRIMENTO ECCESSIVO e/o debolezza, e/o eccesso di urine, SONO ASSOLUTAMENTE 3:

1) **FRUTTA ACIDA E DIGIUNO.** Come abbiamo visto (e come vedremo meglio più avanti), specialmente per i problemi legati all'acidosi ematica, la frutta acida primariamente, ed il digiuno saltuario secondariamente, aumentano immediatamente ed enormemente tutti i livelli di usura proteica e molecolare (che perdurano molto anche dopo la loro azione) in assolutamente tutti I settori dell'organismo, determinando, col tempo, la predetta letterale ESCAVAZIONE MOLECOLARE, e, quindi, cellulare e di tutti i tessuti, dell'intera nostra struttura, portando, di conseguenza, AL DIMAGRIMENTO GENERALE SOTTO IL PESO FORMA.

Parallelamente, tutto ciò può rispettivamente innescare ed aumentare patologicamente, oltre che la debolezza, anche la quantità di urine emesse, che accelera a sua volta la perdita di massa corporea, facendo perdere anche preziosissime unità strutturali endogene. In particolare, quindi, per chi avesse questo tipo di problemi (peso inferiore, e/o debolezza, e/o urine eccessive), come prima cosa,

OCCORRE ASSOLUTAMENTE ELIMINARE IMMEDIATAMENTE DEL TUTTO LA FRUTTA ACIDA

e, inoltre, eliminare definitivamente qualsiasi forma di digiuno, anche breve (ad esempio anche quello di un giorno, o, in questo caso di necessità di aumento di massa, anche quello di salto di un pasto).

2) **NESSUNA EFFETTUAZIONE DELL'IMPOSTAZIONE FASICA di COLAZIONE** (e PRANZO) A MELE (ROSSE). Una volta tolti i due predetti letterali escavatori molecolari (frutta acida e digiuno), occorre, comunque, evitare di usurare in altro modo le nostre proteine e le nostre restanti unità strutturali: l'unica maniera è quella di lasciare costantemente invariato il pH del sangue proprio all'unico suo valore antiusurale, cioè di "antiscavo" molecolare, cioè sempre il predetto valore fisiologico perfetto di 7,41.

Come abbiamo già visto, l'unico frutto (e "cibo") al mondo capace di mantenere costante quel valore di pH è solo ed esclusivamente la mela rossa (mela gialla e mela verde sono leggermente acidificanti).

Per chi volesse essere sicurissimo di evitare di innescare la minima "escavazione" molecolare, usare solo la mela rossa stark, la mela a fisiologia perfetta per la nostra specie (è ovvio che va trovata almeno biodinamica e buona al gusto; se fatichiamo a trovarla, usare quella più simile alla rossa stark).

La mela rossa è, inoltre, per la specie umana, l'unico cibo esistente capace di lasciare completamente "aperte" le cellule, in caso di necessità, all'assorbimento ed assimilazione maggiori.

Quindi, applicare immediatamente l'impostazione fasica di colazione (e pranzo) a mele (rosse stark), cioè, ovviamente, lasciando lavorare nel nostro organismo solo ed esclusivamente le predette mele rosse,

- a colazione (la prima mela il prima possibile nella mattinata, sempre per disattivare il metabolismo delle tossine della cena precedente),
- e a pranzo (sempre nelle quantità già specificate),
- terminando la sera SOLO con la sottoesposta tipologia di cena.

Unicamente con questa impostazione fasica, anche specifica per rimettere peso, infatti, ovviamente oltre a regolarizzare perfettamente sia l'energia percepita e reale, che la produzione urinaria, otteniamo contemporaneamente 3 risultati fondamentali PER IL NOSTRO PESO E MASSA CORPOREA, SPECIALMENTE TRAMITE LE MELE ROSSE DI GIORNO:

- RALLENTIAMO FINO ALLA NORMALITA' NATURALE IL NOSTRO STESSO METABOLISMO BASALE, BRUCIANDO MOLTISSIME MENO CALORIE PER UNITA' DI TEMPO (l'organismo evita di bruciare un'enormità di calorie per attivare tutti gli energivorissimi meccanismi sistemi di riparazione molecolare e cellulare in tutti i singoli microsettori dell'organismo, dovuti specialmente all'acidosi);
- quasi blocchiamo gradualmente ogni forma di usura proteica e molecolare generale dell'organismo, BLOCCANDO DI FATTO OGNI TIPO DI ESCAVAZIONE MOLECOLARE E CELLULARE;
- INNESCHIAMO GRADUALMENTE IL METABOLISMO DEL FRUTTOSIO, con tutta la restante perfetta fisiologia della mela rossa (stark), che, quindi, oltre ad evitare di scavare letteralmente le nostre cellule, del tutto al contrario, comincia a nutrirle perfettamente, RIAUMENTANDO GRADUALMENTE TUTTA LA LORO MASSA, cellula per cellula, tessuto per tessuto, settore per settore, FINO A TUTTO L'INTERO ORGANISMO, determinando, quindi, ANCHE UN AUMENTO GRADUALE DEL NOSTRO PESO CORPOREO TOTALE, che può apparire persino miracoloso.

Come sempre, infatti, specialmente nel campo della nutrizione, conta poco la quantità (che, anzi, deve assolutamente essere sempre la minima possibile, a parte il periodo di aumento del peso), ma solo ed esclusivamente la qualità del cibo che si introduce nell'organismo.

L'errore classico è, invece, quello di fare proprio l'esatto opposto, cioè aumentare la quantità a colazione e a pranzo, specialmente di altra frutta, proprio i due pasti che, come abbiamo visto, dovrebbero addirittura essere assente, per il particolarissimo e biochimicamente evolutissimo ritmo circadiano della nostra specie, e che, quindi, invece di fare assimilare il cibo, lo fanno persino scavare ulteriolmente fino ai settori più profondi.

Ed è anche questo uno dei principali motivi per cui molti fruttariani arrivano anche alla debolezza e all'eccesso di urine, proprio perchè pensano che per rimettere peso, o comunque per mangiare solo frutta, debbano aumentare la quantità di frutta durante il tutto giorno (colazione e pranzo), la quale, invece, IN QUELLE ORE, SCAVA LETTERALMENTE TUTTO L'ORGANISMO (anche se alcalinizzante, pure in quanto, come predetto, in quelle ore le cellule sono in fase cata-anabolica invece di assorbimento) e, essendo comunque ricca d'acqua, consumata in quantità superiore, determina anche la formazione di molta urina.

L'introduzione di cibo durante la giornata, essendo, come abbiamo già analizzato, del tutto innaturale per la nostra specie, porta l'organismo ad una situazione biochimica di difesa, in cui l'assimilazione cellulare è quasi bloccata, FENOMENO CHE, UNA VOLTA INNESCATO, PERDURA ANCHE A CENA, E NEMMENO CONSENTENDO L'ASSIMILAZIONE SUFFICIENTE IN QUESTO ULTIMO PASTO DELLA GIORNATA.

Questo è un altro motivo fondamentale per cui di giorno, specialmente nel caso di necessità di aumento di peso, bisogna introdurre assolutamente solo mele: proprio per mantenere al massimo livello il grado di assimilazione cellulare di tutto l'organismo, SPECIALMENTE A FAVORE DELLA CENA, in cui unendo questo massimo livello assimilativo, ad una maggiore quantità di nutrienti (solo della postdetta cena), è l'unico modo per far aumentare la massa corporea.

E', dunque, proprio del tutto al contrario, e specialmente di giorno, SOLO LA QUALITA' CHE NUTRE LE SINGOLE CELLULE, perchè "qualità", in termini microscopici, significa proprio il più possibile "MOLECOLE A STRUTTURA PERFETTAMENTE COMPATIBILE CON LA STRUTTURA MOLECOLARE DELLA NOSTRA SPECIE", che sono proprio quelle che si vanno ad "incastrare" al posto giusto in ogni settore dell'organismo, evitando l'acidosi, PORTANO L'AUMENTO DI MASSA CORPOREA COMPLESSIVA, ANCHE DI GIORNO.

3) CONSUMO INSUFFICIENTE DELLA TERNA GRASSO-PROTEICA (va consumata SOLO a CENA, e comunque SOLO come 3° e ULTIMO pasto).

Per i fruttariani che devono AUMENTARE LA MASSA CORPOREA, l'UNICA maniera efficace e sostenibile, da effettuare SOLO nella cena, è proprio l'AUMENTO della predetta TERNA GRASSO-PROTEICA (avocado, olive, olio d'oliva denocciolato), pure in quanto essa:

- E' MOLTO ALCALINIZZANTE e controbilancia ottimamente anche la leggera acidosi provocata dal precedente consumo di frutta dolce (diversa da mela);
- E', nel suo insieme, la frutta A PIU' ALTA CONCENTRAZIONE di molecole STRUTTURALI PROTEICHE E GRASSE;
- E determina pure la tipologia di alcalinizzazione (compreso l'olio d'oliva denocciolato) PIU' ADATTA all'INCREMENTO di ASSORBIMENTO e ASSIMILAZIONE PLASTICA (strutturale) delle proteine e dei grassi (quelli della frutta sono i migliori e ideali per la formazione di massa corporea), che sono proprio i mattoni molecolari principali del nostro organismo.

Inoltre, ricordarsi sempre che, come predetto, l'UNICO modo PER AUMENTARE PESO e MASSA CORPOREA è l'enorme sinergia tra alcalinizzazione e calorie (SOLO a cena), e gli UNICI frutti (o loro derivati) al mondo che uniscono in se stessi

LA MASSIMA ALCALINIZZAZIONE con LA MASSIMA CALORICITA' sono solo ed esclusivamente 3: AVOCADO, OLIVE, e OLIO D'OLIVA DENOCCIOLATO (è una vera e propria spremuta di POLPA di olive).

Il loro incremento, per avere effetti sul peso e massa corporea, deve essere sufficiente (la qualità dei loro grassi e proteine è comunque ottima) in quanto sia l'avocado che le olive sono anch'essi ricchi d'acqua (oltre il 76%) e l'olio d'oliva si può usare solo come condimento, quindi, MANTENENDO le predette IMPOSTAZIONI GENERALI della cena del fruttarismo 1 e 2 (si ricorda che all'interno dei limiti quantitativi postdetti, la quantità di frutta consumata va modulata anche in funzione della propria statura), per l'AUMENTO DI MASSA CORPOREA occorre (in OGNI cena):

1) portare la quantità di AVOCADO a 6 etti (netti), mai di più (si possono raggiungere anche con due avocado medio-piccoli, di cui il primo va sempre consumato a fettine nel modo predetto, il secondo si può anche mischiare ai frutti o piatti fruttariani successivi);

2) portare la quantità di OLIVE a 3-6 etti (netti), mai di più [occorre variare, nello stesso pasto (cena), tra molti tipi di olive (rosse, nere, verdi, condite, ecc.; le più grandi e meno salate possibile; se troppo salate, basta lasciarle nell'acqua una notte), affinchè sia più facile e gustoso consumarne di più, e anche per necessaria compensazione molecolare];

3) portare la quantità di OLIO d'oliva denocciolato [almeno biologico; si ricorda che se denocciolato, meglio se anche non filtrato (grezzo), è una vera e propria SPREMUTA DI POLPA DI OLIVE, che, a differenza di quello col seme, è anche alcalinizzante] a 50-70 grammi, mai di più.[Nota del revisore: trovando l'olio un prodotto rifinito, e' meglio sostituirlo con le olive od avocado in quantità appropriate(300 - 500 gr].

(Come si vede, specialmente per l'aumento di peso e massa corporea, avocado, olive e olio d'oliva denocciolato occorre consumarli assolutamente tutti e tre nella stessa cena, dovuto alla loro complementarità biochimica, dando però sempre una precedenza quantitativa all'avocado).

[Ricordare che, per tutti, ma soprattutto per chi avesse difficoltà a gustare l'avocado, il modo proprio più gustoso, oltre che salutare, di consumarlo, è fettina per fettina a morsi (evitare il cucchiaino; ogni fettina va tagliata per lungo, dalla parte stretta alla parte larga, e larga circa un centimetro; non vanno tagliate tutte insieme, ma una per volta, ed ognuna mangiata a morsi subito dopo estratta dall'avocado e tolta la buccia, anche per evitare l'ossidazione); per quanto riguarda le olive, ricordare che ne esistono addirittura decine di tipi diversi, e, soprattutto per chi deve mettere massa corporea, come predetto, occorre consumarne tanti tipi differenti nella stessa cena (tra quelle che piacciono di più) in modo sia da essere stimolati ad assumerne istintivamente una quantità maggiore, sia per necessaria compensazione molecolare].

Sempre specialmente per l'aumento di massa corporea, a tutto ciò si può aggiungere l'utilizzo della crema di olive sott'olio d'oliva denocciolato (si può fare anche da soli frullando molto finemente le olive denocciolate e aggiungendoci il predetto olio(meglio usare l'avocado)), che si può spalmare sulla frutta ortaggio consumata a morsi o sotto forma di ricetta; inoltre, una ricetta che consente il consumo gustoso di abbondante predetto olio è aggiungere quest'ultimo alla zucca (con la buccia) grattugiata alla julienne (capace anche di assorbirlo meglio), volendo mischiandoci pure delle olive nere (la zucca, poi, potenzia di molto l'effetto alcalinizzante e di assimilazione dell'insieme delle proteine e grassi consumati).

(Riguardo al peso corporeo, un'altra conferma che contano poco colo le calorie ma principalmente il pH ematico risultante del cibo, è che anche la frutta essiccata dolce, essendo decisamente acidificante, nel fruttarismo scava l'intero organismo e, specialmente col tempo, fa perdere peso).

ALTRO FATTORE FONDAMENTALE NEL FRUTTARISMO PER MANTENERE IL PESO, O AUMENTARE PESO E MASSA CORPOREA: CHIUDERE LA CENA FRUTTARIANA (dopo frutta GRASSA e frutta ortaggio) CON 1-3 BANANE (di almeno 120 grammi netti l'una; una banana basta per mantenere il peso corporeo, per AUMENTARE il peso corporeo occorrono 2-3 banane per ogni chiusura cena). [Nota del revisore: e' possibile aumentare questa quantità se si aumenta la terza grasso proteica (1-6 banane)].

LA COPPIA SOLO SERALE (SOLO nel 3° e ULTIMO pasto) FRUTTA GRASSA-BANANE E' POTENTISSIMA PER FAR AUMENTARE DI PESO UN FRUTTARIANO.

Come abbiamo visto, nel fruttarismo la banana mai và consumata a pranzo, ma SOLO come chiusura di CENA (che deve essere comunque il TERZO e ULTIMO pasto della giornata).

La frutta GRASSA e la BANANA (consumate SEPARATAMENTE, la frutta grassa ad INIZIO cena e le banane a FINE cena) hanno una composizione ed un BILANCIAMENTO BIOCHIMICO che SI COMPENSA OTTIMAMENTE A VICENDA, determinando, nel fruttarismo, proprio la MASSIMA CAPACITA' IN ASSOLUTO di AUMENTO DI PESO E MASSA CORPOREA NELL' ORGANISMO UMANO e, allo stesso tempo, esattamente la MASSIMA SALUTE relativa alla fase fruttariana.

Tutto ciò in quanto, precisamente per chi deve acquistare peso e massa, la CENA è l'unico momento della giornata in cui, può, ed in questo caso deve, AUMENTARE LA QUANTITA' DI CIBO CONSUMATO, ma SOLO nel modo suddetto, mettendo al centro dell'importanza, l'alcalinizzazione grasso-proteica e, quindi, come abbiamo visto, la potentissima TERNA GRASSO-PROTEICA.

Infatti, proprio contrariamente alla colazione ed al pranzo, in cui, a chi ha il problema del dimagrimento eccessivo, la quantità maggiore, per i motivi predetti, determina addirittura l'effetto esattamente opposto, cioè assolutamente togliere peso, LA CENA (e questo è anche il metodo usato dai famosi lottatori di sumo, che, proprio per ingrassare fino a quei livelli enormi, mangiano addirittura SOLO ED ESCLUSIVAMENTE A CENA) E', INVECE, PROPRIO IL PASTO CHE PUO' FAR

AUMENTARE, DI GRAN LUNGA, PIU' VELOCEMENTE IN ASSOLUTO LA MASSA DELL'INTERO ORGANISMO UMANO.

Questo anche in quanto le cellule, di notte, sono libere da altri movimenti e stress giornalieri, hanno, invece, tutto il tempo da dedicare, proprio nel riposo assoluto notturno, alla specifica nutrizione cellulare, dalla digestione, all'assorbimento, all'assimilazione, CON RISULTATI ENORMEMENTE MIGLIORI RISPETTO AL CAOS CELLULARE DIURNO.

Quindi, per aumentare peso e massa corporea, E' INDISPENSABILE PROPRIO SFRUTTARE AL MASSIMO QUESTA OPPORTUNITA' METABOLICA CHE HA UNICAMENTE LA CENA, ESCLUSIVAMENTE NEL MODO SUDDETTO.

Inoltre, proprio la composizione a maggiore contenuto grasso-proteico della cena consente un' assimilazione idrica maggiore, riducendo così, di conseguenza, ulteriolmente, il flusso urinario, e addirittura anche la relativa perdita di massa e di unità strutturali fondamentali.

Ovviamente, i nutrienti in aumento, vanno trasformati in massa corporea, anche muscolare; per far ciò serve poco esercizio fisico, è fondamentale che sia almeno principalmente quello naturale, esposto più avanti, nel paragrafo relativo, in ambito melariano.

Riguardo a peso e massa corporea è importante anche l'aspetto dei TEMPI di quanto tutto ciò esposto:
se l'impostazione fruttariana con i suddetti pesi maggiorati della cena nemmeno dovesse fare aumentare il peso corporeo di un etto nell'arco di una settimana, allora significa che l'ORGANISMO stesso ha scelto quel peso come situazione fisiologica GIUSTA per lui, ed in questo caso occorre quindi FIDARSI del proprio organismo e tornare subito ai pesi normali dei frutti della cena espressi in F2, e nel futuro fare solo in modo di mantenere quel peso;

se invece la suddetta impostazione fruttariana maggiorata fa aumentare il peso corporeo di almeno un etto in una settimana, allora va tenuta per un MASSIMO di 15 giorni al mese (meglio se alternati), e SOLO per il tempo necessario a raggiungere il peso corporeo che si sente come ottimale (in quanto è unicamente un'impostazione di recupero peso).

Dunque, il FRUTTARIANO, o aspirante fruttariano, che ritiene di avere specialmente uno di questi tre problemi (o tutti e tre), DIMAGRIMENTO ECCESSIVO e/o debolezza, e/o eccesso di urine, SE SEGUE ALLA LETTERA TUTTI I CONCETTI ESPRESSI IN QUESTO PARAGRAFO, LI RISOLVE IN POCO TEMPO, E DEFINITIVAMENTE.

Precisazioni sul dimagrimento eccessivo e comparazione dello stesso problema tra tutti i modelli "alimentari"

Va inoltre precisato che in tutti i modelli alimentari, (che, come predetto, è più corretto considerare fasi di perfezionamento alimentare verso il melarismo) esiste sempre una impostazione quotidiana corretta e una scorretta.

In altre parole, così come esiste, ad esempio,

- una fase vegetariana fatta bene, ed una fase vegetariana fatta male (ad esempio, commettendo anche uno solo dei predetti errori classici dei vegetariani),
- una fase vegan fatta bene, ed una fase vegan fatta male,
- una fase vegan-crudista fatta bene, ed una fase vegan-crudista fatta male, allo stesso modo,
- esiste una fase fruttariana fatta bene, ed una fase fruttariana fatta male,
- ed esiste un melarismo fatto bene, ed un melarismo fatto male (per fatte male si intende sempre, ad esempio, commettendo anche uno solo di tutti i predetti errori classici, citati nei paragrafi relativi ad ogni fase alimentare).

E' ovvio, comunque, che, se una fase alimentare inadatta alla specie umana (specialmente da onnariana a vegan-crudista), si porta a farla diventare una alimentazione di lungo termine, anche se "fatta bene", porta comunque a dei problemi di salute, proprio perchè già di base è inadatta alla specie umana.

A breve termine, però, se in una qualsiasi fase alimentare di ritorno al melarismo, qualcuno ha dei problemi, di qualsiasi tipo, mai deve assolutamente arrivare alla conclusione che è la fase "alimentare" (specialmente quelle più vicine al melarismo), in se stessa, che gli ha fatto evidenziare il problema, ma solo ed esclusivamente un errore che ha commesso.

Anche per questo motivo sono stati già elencati tutti i principali errori che si possono commettere nelle varie fasi alimentari, QUINDI LEGGETELI MOLTO ATTENTAMENTE, ED EVITARE DI COMMETERE ASSOLUTAMENTE. Allo stesso modo,

se un fruttariano ha dei problemi, ad esempio, di magrezza sotto il peso forma, o altro, mai deve assolutamente pensare che è il fruttarismo ad avere qualcosa che va male(a parte il fatto che è ancora poco l'ideale per la specie umana, visto che è solo malivora), perchè, in qualsiasi parte del mondo, si può del tutto portare avanti con una salute ed un peso assolutamente ottimale (nella predetta problematica di magrezza eccessiva, basta applicare i concetti del paragrafo precedente).

Bisogna, invece, pensare che lo stesso identico problema, ad esempio sempre di magrezza eccessiva, o qualsiasi altro, ce lo hanno moltissime persone nel mondo, da onnariane o altro, e addirittura molto più grave.

Cioè esistono moltissime persone onnariane che, pur mangiando proprio di tutto, vegetale ed animale, sono in uno stato di magrezza estrema, addirittura assolutamente impressionante, e nemmeno riescono assolutamente a rimettere peso.

Ovviamente stanno solo commettendo qualche errore, oltre l'eventuale onnarismo di lungo periodo. Per quanto riguarda la magrezza eccessiva (in ogni fase alimentare, dalla onnariana alla fruttariana, fino all'alimentazione melariana stessa), come predetto, il solito errore principale, è quello di aumentare la quantità di cibo in fase cabolica, o anabolica, cioè a colazione, o a pranzo, quando, cioè, l'organismo è mai stato progettato per digerire, assorbire ed assimilare cibo; infatti, in questo caso, l'organismo si difende specialmente chiudendo i canali cellulari di assimilazione, E L'ORGANISMO DIVENTA INCAPACE DI ASSIMILAZIONE PERSINO ANCHE A CENA.

Sempre come predetto, bisogna, invece, in ogni caso, per prima cosa,

- eliminare immediatamente tutti gli errori già elencati per ogni fase alimentare,
- allo stesso tempo, applicare gradualmente l'impostazione fasica "mda",
- ed in più aumentare la quantità di alimenti alcalinizzanti (e concentrati) assunti proprio a cena, l'unica fase metabolica in cui l'organismo è progettato esattamente per la digestione, assorbimento ed assimilazione, che attua con la procedura e gradualità fisiologica ottimale proprio solo in fase notturna.

Da ricordare sempre: se, oltre ad eliminare immediatamente tutti gli errori relativi alla fase in cui si è, gradualmente si arriva all' impostazione fasica "mda", l'organismo, col tempo, si disintossicherà aspecificamente a tal punto che, aumentando la quantità di alimenti alcalinizzanti (e concentrati) assunti a cena (sempre seguendo tutti i singoli punti di questo testo per ogni fase alimentare) diventa praticamente NORMALE RIMETTERE PESO.

Infatti, un qualsiasi organismo che fà fatica a rimettere peso, sta' solamente e semplicissimamente mangiando MALE (cioè cose sbagliate, o nella quantità sbagliata, o negli orari sbagliati) più che mangiando poco (perchè l'alimentazione ideale è, come abbiamo visto, proprio esattamente il minimo).

Se il peso, per qualsiasi motivo, dovesse far fatica a salire, comprare il misuratore di pH (costa pochi spicci), e verificare che il pH dell'urina, specialmente la mattina appena alzati, sia alcalino, superiore a 7,4.

Ovviamente anche tutto il resto del giorno deve assolutamente essere uguale o superiore a 7,4, ma per arrivare a ciò è sufficiente, durante il giorno (colazione e pranzo), continuare a consumare solo mele rosse (meglio se della varietà stark-deliziosa).

Se per caso il pH della prima urina mattutina è più basso di 7,4, vuol dire che si è ancora letteralmente scavato l'organismo, addirittura per tutta la durata della notte, per cui bisogna immediatamente modificare la propria cena, ANCHE FACENDO MOLTE PROVE (in questo caso, conviene scriversi ogni volta ciò si è mangiato a cena, ed il relativo pH mattutino), fino a che il pH della prima urina la mattina diventa, assolutamente sempre, superiore a 7,4 (mai usare sostanze diverse dal "cibo" per alcalinizzare l'organismo, le quali lo intossicherebbero e scaverebbero ulteriolmente).
Dunque, per risolvere questo problema di magrezza eccessiva in particolare (in ogni fase "alimentare"), è sufficiente seguire tutte le indicazioni, in maniera precisissima, di questo e del precedente paragrafo, e per risolvere qualsiasi altro problema, è sufficente seguire, sempre con la massima precisione, tutte le indicazioni di questo capitolo, relative ad ogni fase alimentare.

Il peso ottimale del nostro organismo, in fase fruttariana con un'alimentazione quasi ottimale come quella fruttariana, il peso corporeo quasi ottimale è deciso dall'organismo stesso.

Comunque, per evitare eventuali esagerazioni sia in sovrappeso (cosa possibilissima anche col fruttarismo), sia sottopeso, controllare (almeno ogni tanto) che si rimanga sempre sul peso ritenuto ottimale dalla scienza dell'alimentazione attuale (che è quello esposto nel paragrafo relativo al peso naturale in alimentazione melariana).

Per esigenze personali particolari di diminuzione o aumento di massa corporea è sufficiente rispettivamente diminuire o aumentare, ma solo nel modo descritto nel sopraesposto paragrafo relativo all'aumento di massa corporea, le predette

quantità di nutrienti (insieme a quelle dell'esercizio fisico esposto nel paragrafo relativo all'attività fisica in ambito melariano) tenendo presente che, se si vuole, col fruttarismo si può tranquillamente aumentare la massa corporea addirittura anche di oltre 1 Kg al giorno (basta seguire tutte le indicazioni del predetto paragrafo), anche se, ovviamente, è meglio farlo più gradualmente.

Per i casi più difficili di aumento di massa corporea, è sufficiente aumentare, oltre le cose dette nell'apposito paragrafo, anche le olive più adatte a questo, e cioè quelle molto grandi e "dolci" (poco salate), e, solo nel caso in cui si fà fatica a gustare o aumentare l'avocado, si può frullare quest'ultimo con banana e poca mela, risultando una gustosa pasta cremosa: basta, quindi, aumentare la quantità di tutto ciò (come predetto, solo a cena) fino a che si riscontra un aumento di peso (trasformato anche in muscolo col predetto esercizio fisico, ma solo del tipo spiegato più avanti).

Ovviamente, per chi è invece sovrappeso, il modo migliore e salutare in assoluto per perdere peso, è arrivare gradualmente (unicamente con i modi e tempi predetti) a solo mele (rosse), ed il melarismo (per scendere di peso consumare da una a tre mele al giorno, senza mele essiccate, frullate o centrifugate) porterà automaticamente proprio esattamente al peso ideale della singola persona, mantenendolo perfettamente nel tempo (giunti al peso ideale, basta ricominciare dal postdetto melarismo 1). Per eventuali esigenze di variazione di massa corporea anche nel melarismo, vedere il paragrafo relativo (più avanti).

Anche col fruttarismo si devono lavare i denti

Come con qualsiasi altro modello alimentare finora esposto, è fondamentale anche per i fruttariani lavarsi i denti, almeno dopo l'ultimo pasto di ogni giornata; come vedremo meglio più avanti, si deve, invece, al contrario, proprio per la salute dei denti e dell'intero cavo orale, mai lavarsi i denti solo dopo una giornata di solo mele.

Per i fruttariani è importante, inoltre, ricordare di lavarsi sempre i denti specialmente almeno dopo l'ultimo pasto di una giornata in cui si è consumata frutta essiccata (ad esempio, fichi essiccati, uva essiccata, datteri essiccati, ecc.), la quale è, ovviamente, molto più concentrata in glucosio della frutta fresca, e quindi molto più cariogena.

Attività fisica naturale

Naturalmente, qualsiasi "alimentazione", occorre accompagnarla sempre con l'unica attività fisica naturale, cioè assolutamente l'unica adatta alla specie umana, descritta nel paragrafo relativo all'attività fisica in ambito melariano.

Consiglio ai fruttariani

Siccome il nostro cervello, per chi ancora vive in questa società antiecologica, a volte può aver bisogno di "trasgressione", per il fruttariano, se vuole evitare di sconfinare ogni tanto nelle verdure o addirittura nei semi, il modo più sicuro è raggiungere gradualmente il fruttarismo 3, che, essendo basato sul melarismo ed abituandoci ad esso, trasforma in "trasgressione" stessa qualsiasi altro frutto (diverso da mela), e, di conseguenza, è l'unico modello alimentare fruttariano che consente, anche in caso di "trasgressione", essendo essa costituita ovviamente di sola altra frutta (a papille gustative molto disintossicate, al limite, si può desiderare il livello "alimentare" precedente), di riuscire tranquillamente a rimanere sempre almeno dentro il fruttarismo medesimo.

E' il modo più sicuro con cui si possono evitare in maniera totale anche le frustrazioni da poca continuitività. Si scoprirà poi, come vedremo meglio più avanti, con massima sopresa esattamente della persona stessa che lo attua, che solo ed esclusivamente col melarismo (dopo almeno le prime settimane, sentendosi le cellule molto più profondamente nutrite), è addirittura molto più facile proprio non aver voglie di "trasgressione", rispetto addirittura ad assolutamente tutti gli altri modelli "alimentari", dal fruttarismo, al vegan-crudismo, al veganismo, fino persino al vegetarismo

PERFEZIONAMENTO ALIMENTARE PERSONALE, PUNTO DI ARRIVO (eterotrofo): MELARISMO SALUTARE

Per quanto riguarda il melarismo, visto che, come abbiamo visto, la specie umana ha una struttura digerente malivora, una struttura anatomica generale malivora, una struttura fisiologica digerente e generale malivora, i melariani (in inglese "appletarians") sono le uniche persone normali (nel senso naturale) di questo pianeta, ed hanno un tasso addirittura assolutamente nullo di qualsiasi tipo di patologia.

Se anche avevano qualsiasi tipo di patologia prima di iniziare, diventando melariani, determinando questo modello alimentare la massima disintossicazione aspecifica (come vedremo meglio nel capitolo relativo a patologia, terapeutica, e gerontologia moderne), fino a livello cellulare ed addirittura molecolare e submolecolare, gradualmente migliorano fino alla più totale e assoluta guarigione.

Come ha riscontrato ormai la scienza dell'alimentazione (moderna), essa e', infatti, l'unica alimentazione monotrofica (e quindi naturale, come vedremo meglio anche più avanti) possibile per la specie umana; riguardo ad essa, infatti, nel mondo sono inesistenti, ad esempio, "pescariani", "bananariani", o altro, ma solo melariani proprio perchè è l'unico frutto (e alimento, al mondo) con cui si può (nutrendosi solo con esso) avere una salute assolutamente perfetta per tutta la vita.

[Tutti gli esperimenti di monodieta, come abbiamo già visto, con ognuno qualsiasi degli altri frutti (o "cibi") sull'intero pianeta, hanno sempre portato, già dopo alcuni giorni, o settimane o mesi, a numerosi problemi di salute, e sempre maggiori nel tempo].

Basterebbe anche solo questo semplice dato di fatto (in un mondo in cui qualsiasi altro modello alimentare, anche pluritrofico, presenta un tasso statistico di incidenza patologica non nullo) per dimostrare che la specie umana è malivora. L'alimentazione melariana, inoltre, quando si è completamente disintossicati (anche dopo poche settimane di melarismo),

MAI RISULTA MONOTONA MA SI ARRIVA FINALMENTE A DESIDERARE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IL NOSTRO CIBO SPECIE-SPECIFICO,

(come fa qualsiasi specie animale in natura) perchè l'oscillazione sensoriale tra fase trofica (l'atto del nutrirsi) e intertrofica (tra un pasto e l'altro) è assolutamente massima (sempre come in tutte le monotrofiche naturali relative a qualsiasi specie animale), anche in quanto la papilla gustativa, siccome è stata progettata dalla natura (in milioni di anni) solo ed esclusivamente per gustare quell'alimento, quando è completamente disintossicata,

RIFIUTA ADDIRITTURA DEL TUTTO QUALSIASI "ALIMENTO" INADATTO ALLA SUA SPECIE,

ma fa provare la massima sensazione di piacere, ogni volta, solo ed esclusivamente con l'alimento specie-specifico, e addirittura ogni volta sempre maggiore e più perfezionata (come vedremo meglio più avanti).

Analogamente al fruttarismo, esiste il melarismo ed il MELARISMO SALUTARE: due concetti con esito assolutamente opposto.

Siccome tutti noi partiamo da un sistema nervoso completamente intossicato da una grande quantità di tossine aspecifiche, anche l'attività metabolica che determina il nostro istinto è completamente intossicata, di conseguenza, anche nella fase iniziale del melarismo dobbiamo evitare di basarci solamente sul nostro istinto per decidere l'impostazione alimentare giornaliera.

Anche per questo motivo, così come esiste la distinzione tra infiniti tipi di fruttarismo (che usa frutti e impostazione giornaliera qualsiasi) ed un unico fruttarismo sostenibile (che usa solo i frutti meno tossici, con l'unica impostazione giornaliera più adatta alla nostra specie), allo stesso modo esistono infiniti tipi di melarismo (che usa mele e impostazione giornaliera qualsiasi), che, col tempo, portano a problemi, ed un unico MELARISMO SALUTARE (che usa solo le mele più adatte alla nostra specie e l'unica impostazione giornaliera che ci porta gradualmente a quella specie-specifica), l'unico, quindi, che è capace di mantenere una persona in una salute assolutamente perfetta, e anche, se iniziato in stato patologico, di riportarlo ad essa.

MELARISMO SALUTARE

Anche il melarismo salutare si articola in 3 stadi alimentari, da attuare in successione, stavolta ognuno con la durata stabilita dal nostro stesso istinto (che comunque comincia ad essere sempre più naturale), ma con un MINIMO di 6 mesi per ogni suddetto stadio:

1) MELARISMO SALUTARE 1 (M1)
2) MELARISMO SALUTARE 2 (M2)
3) MELARISMO SALUTARE 3 (M3).

1) MELARISMO SALUTARE 1 (M1)

Il melarismo ideale è, ovviamente, costituito di sole mele fresche, ma, provenendo noi da una "alimentazione" troppo concentrata (anche fruttariana), abbiamo bisogno di una fase INIZIALE di melarismo (M1) in cui si consumano pure mele essiccate (nella quantità e tempi che vedremo), le quali, a parità di peso, contengono, infatti, oltre ben 10 VOLTE più principi nutritivi che da fresche, e che consentono, quindi, una diminuzione più GRADUALE della quantità di nutrienti, dando la possibilità all'organismo di un riassestamento generale verso l'unico metabolismo adatto alla nostra specie (le mele essiccate sono anche l'UNICO mezzo che consente di mantenere il peso corporeo COSTANTE anche nella prima fase melariana, determinando, allo stesso tempo, pure un'ottima pulizia finale dell'intero intestino, tramite una quantità di fibre perfette oltre 10 volte superiore a quella delle mele fresche).

E' importante sottolineare che mentre, come abbiamo visto, nel fruttarismo la frutta essiccata va gradualmente eliminata (comprese le mele essiccate) sia perchè decisamente acidificante, sia perchè determina iperglicemia, nel melarismo INIZIALE, e solo per quanto riguarda le mele essiccate, questi due aspetti negativi sono praticamente ANNULLATI, in quanto l'acidificazione dipende principalmente dall'assenza di acqua ma, consumando solo mele, quelle essiccate riprendono immediatamente quasi tutta la loro acqua (deve essere necessariamente l'acqua fisiologica delle mele stesse) nel nostro organismo, che era contenuta dalle mele fresche consumate nello STESSO pasto, cosa questa che, allo stesso tempo consente anche di riabbassare la glicemia per la riduilizione degli zuccheri (aiutata anche dal consumo, come vedremo, di poca quantità di centrifugato e frullato di mele sempre nello stesso pasto).

In questa fase, il consumo di mele essiccate aiuta anche a CONSERVARE maggiormente, riassorbendola, la preziosa acqua fisiologica contenuta nelle mele fresche, che, solo in questa prima fase di melarismo, essendo il nostro organismo abituato a "cibi" molto più concentrati, il nostro corpo tende a perdere, specialmente tramite le urine; è proprio UNICAMENTE in questo modo che, dando la possibilità all'organismo finalmente di un riassesto GRADUALE della propria fisiologia su un metabolismo basale naturale, cioè minimo (quindi a massima efficienza), il nostro corpo MANTIENE il peso (può togliere solo una certa quantità di tossine residue) ma addirittura acquista una massa muscolare assolutamente sempre più solida e persino scolpita.

Proveniendo da una impostazione giornaliera (anche fruttariana) a tre pasti, il melarismo 1 ha una importante impostazione gionaliera a DUE PASTI, che possiede anche quella gradualità necessaria per poter passare poi all'impostazione giornaliera di base del melarismo, che è quella, come vedremo, monopasto del melarismo 2.

Il MELARISMO 1 ha la seguente impostazione giornaliera a due pasti (senza aggiunte), (è fondamentale che le mele siano almeno biodinamiche, o come minimo biologiche, e ottime al gusto, segno anche di buona coltivazione, compreso le mele essiccate, senza alcun additivo):

- PRANZO (comunque 1° PASTO) (l'ideale è intorno alle ore 13):

1 MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA
1 MELA ROSSA ROYAL
1 MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA

(ognuna del peso di circa 2 etti, fino a poco meno o poco più a seconda della propria statura; vanno consumate tutte e tre, nel suddetto ordine, mai tagliate, a morsi, con la buccia, mai i semi e mai nemmeno masticarli);

- CENA (comunque 2° PASTO) (l'ideale è intorno alle ore 19):

è costituita da 4 parti, da consumare in questo ordine:

1) 1 MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA (con gli stessi dettagli di quella del pranzo, meglio con un peso un po' maggiore);

2) 1,5 etti di MELE ESSICCATE [fino a poco meno o poco più a seconda della propria statura; ne esistono di tre tipi principali, con sapori anche molto diversi, per cui

   - conviene iniziare con 50 grammi di quelle molto morbide,

- poi 50 grammi di quelle a morbidità media,

3) 4 etti di frullato di mela e 3 etti di centrifugato di mela (fino a poco meno o poco più a seconda della propria statura; vanno presi entrambi);

4) 1 MELA (di varietà a piacere; gli altri suoi dettagli sono gli stessi di quelle del pranzo).

- ed infine 50 grammi di quelle croccanti

  (queste ultime si possono pure mischiare con un po' di frullato o centrifugato citati sotto)]; [solo come eccezione, mai più di due volte a settimana (meglio il fine settimana), le mele essiccate si possono sostituire con una ricetta melariana a piacere (anche tra quelle presenti nel ricettario melariano esposto più avanti), come insalata melariana, spaghetti melariani, fettuccine melariane, riso melariano, crostata melariana, crema melariana, ecc.];

[Ricordare poi sempre che, relativamente al primo giorno che si inizia il melarismo, l'ultima cena fruttariana precedente (e il più possibile anche quelle appena prima) deve essere decisamente alcalinizzante (usando maggiormente i frutti più alcalinizzanti, specialmente avocado, zucca, ecc.); infatti, se si inizia il melarismo in acidosi, con la mela, proprio in quanto pH inalterante, è difficile riportare il pH a 7,4 in tempi sufficientemente brevi (può impiegare anche settimane, in cui pure il pH urinario è anche costantemente acido), innescando una lieve intossicazione acidotica INDIRETTA (come predetto, da evitare di confondere con "disintossicazione"), dannosa per il nostro organismo (infatti, come predetto e come vedremo meglio, la DISINTOSSICAZIONE, oltre che ASINTOMATICA, è solo ed esclusivamente FISIONEUTRA |cioè a pH 7,4|); per essere sicuri, basta misurare il pH della prima urina mattutina del primo giorno di melarismo: se è uguale (ma all'inizio, per sicurezza, è meglio superiore) a 7,4, allora si può continuare il melarismo; se, invece è inferiore, occorre ripetere almeno un giorno di fruttarismo 2, però con prevalenza dei predetti frutti alcalinizzanti;

una volta iniziato il melarismo in sufficiente alcalosi, si noterà che entro pochi giorni, le mele principalmente rosse stark| determineranno un assestamento naturale del pH proprio intorno 7,4; poi ci potranno essere anche piccole oscillazioni (dovute principalmente ad assestamento fisiologico), ma l'importante è che poi si ripristina in poche ore il pH a 7,4; se a melarismo avviato bene dovesse comunque perdurare uno stato acidotico (rilevato dall'urina), vuol dire che si proviene da una intossicazione aspecifica molto profonda e allora è sufficiente usare come fattore correttivo di pH SOLO un po' di zucca (ovviamente cruda e SOLO la sera, seguita poco dopo da una meletta stark; normalmente bastano due fettine di zucca per riportare il pH sopra 7,4), solo quel MINIMO che serve per il ristabilimento definitivo di pH costante a 7,4].

Precisazione IMPORTANTE: quando si procede dal fruttarismo al melarismo, a cominciare dal fruttarismo 3, è facile cadere nel solito errore di avere troppa fretta, e l'ERRORE PIU' GRANDE IN ASSOLUTO che si può commettere nella PRIMA fase di melarismo (sia all'interno di F3 che in M1), è esattamente quello di evitare di consumare le MELE ESSICCATE (che vanno usate SOLO a cena, nella quantità e sequenza predette);

infatti, nella PRIMA fase melariana, l'organismo, provenendo da "alimentazioni" comunque aspecifiche e quindi intossicanti (compreso il fruttarismo), e' impossibilitato di gestire subito perfettamente il "solo mele (fresche)", e tende inizialmente a perdere troppi liquidi e sostanze importanti tramite urina, portando ad un dimagrimento eccessivo (e, nel tempo, carenze); esattamente per questo motivo, nella PRIMA fase di melarismo (all'interno di F3 e soprattutto in M1), E' TOTALMENTE INDISPENSABILE consumare anche MELE ESSICCATE (sempre nella quantità e sequenza predette);

infatti, esse, proprio in quanto essiccate, aiutano l'organismo a TRATTENERE la fondamentale acqua fisiologica (ricca anche di sostanze nutrizionali) delle mele fresche ingerite (per questa ragione è fondamentale che le mele essiccate siano consumate SUBITO DOPO una mela fresca e SUBITO PRIMA di un'altra, come nello schema della cena predetto).

(Se si hanno problemi di troppa urina notturna, basta diminuire la quantità di frullato e centrifugato; lo schema M1, grazie soprattutto alle MELE ESSICATE, consente anche in questa PRIMA fase di melarismo di trattenere nell'organismo la fondamentale acqua fisiologica e tutte le sostanze nutrizionali delle mele, ma anche, proprio per questo motivo, di urinare POCHISSIMO, addirittura QUASI NIENTE, e quindi di di doversi alzare di notte per urinare, cosa che inoltre sgonfierebbe innaturalmente tutte le nostre cellule, portandoci esattamente a quel dimagrimento eccessivo CHE E' LA PRIMA COSA DA EVITARE).

SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in questo modo il peso che si aveva col fruttarismo sostenibile, si mantiene COSTANTE anche col melarismo (al limite, se scende gradualmente fino ad un MASSIMO di 2 o 3 chili va bene, ma poi, va regolata la quantità di mele essiccate in modo che il peso ritorni subito COSTANTE), mantenendo anche tutte le sostanze fondamentali delle mele, ma addirittura si acquisirà una massa muscolare sempre più scolpita ed energetica.

Riguardo il PESO corporeo, almeno nei primi periodi, va controllato che si stabilizzi entro i parametri NATURALI spiegati più avanti nel paragrafo relativo; MAI scendere sotto quei parametri; FONDAMENTALE: nel caso il peso corporeo cominci

a scendere si deve aumentare leggermente la quantità di mele essiccate e, al tempo stesso, la quantità di mela fresca subito prima e subito dopo di esse.

Per il resto, ci si può finalmente cominciare a godere l'inizio dell'UNICO stato di salute NATURALE, talmente al MASSIMO livello che mai si è potuto nemmeno lontanamente sperare di sognare.

Per Aumentare il gusto del pasto serale e' buona pratica quella di dare un morso alla mela fresca, e contemporaneamente mangiare una foglia di mela essiccata.

2) MELARISMO SALUTARE 2 (M2)

Man mano che si procede gradualmente, specialmente tramite il melarismo 1, verso la nostra alimentazione specie-specifica, il nostro metabolismo si disintossica aspecificamente sempre di più e, di conseguenza, diventa sempre più enormemente efficiente e, dovendo effettuare un lavoro addirittura decine di volte inferiore per la digestione, assorbimento, assimilazione e di smaltimento di tossine aspecifiche, può finalmente e sempre gradualmente rallentare di molto, persino aumentando massimamente la nostra energia, sia fisica e che mentale, fino a raggiungere il metabolismo specie-specifico della specie umana, che, per il semplice principio della minima energia (fisio-strutturale), è proprio il metabolismo minimo e che conferisce energia (potenziale e dinamica) massima.

Come abbiamo già visto nei paragrafi relativi al fabbisogno nutrizionale indotto, col melarismo anche l'usura molecolare (specialmente proteica) diventa quasi nulla, portando il fabbisogno totale giornaliero di principi nutritivi a quasi zero.

In questo modo, come predetto, azzerandosi totalmente anche l'enorme fabbisogno calorico indotto (quello, cioè, sempre relativo alle dispendiosissime digestione, assorbimento, assimilazione e smaltimento di tossine aspecifiche) pari, come abbiamo visto, addirittura ad oltre 1800 calorie sulle circa 2000 che ingerisce mediamente un onnariano (fino vegan-crudista e un po' meno il fruttariano), al melariano (ma solo una volta raggiunto GRADUALMENTE, nel modo postdetto, il massimo grado di disintossicazione aspecifica, cioè dal melarismo 2 in poi) sono molto più che sufficienti le 200 calorie rimanenti effettive che l'organismo usa per la vita e con moltissima più energia, essendo il rendimento fisiologico proprio al massimo livello (eterotrofo) assoluto.

E' anche per questo motivo che, sempre per il fondamentale principio della minima energia, l'alimentazione (eterotrofa) specie-specifica della specie umana è esattamente quella costituita da una mela al giorno (ma di grandezza naturale, cioè mediamente circa 4 etti; sempre rossa, della varietà stark- deliziosa).

E' fondamentale, però, che l'assunzione di questi perfetti principi nutritivi, in un organismo a perfetta efficienza, avvenga anche nell'unico orario fisiologicamente perfetto per la specie umana che, come abbiamo visto nel paragrafo relativo al nostro ciclo fisiologico, è circa un'ora prima del tramonto (ciò si è stabilizzato, per milioni di anni, nella fascia equatoriale, al limite inter-tropicale, dove corrisponde sempre a circa le ore 17, ma in tutte le restanti zone mondiali extra-tropicali corrisponde ad un orario medio mondiale, anche tra estate e inverno, intorno alle ore 19, orario che, nella fascia extra-tropicale, occorre tenere stabile per tutto l'anno; è ovvio che, essendo l'unico orario nutrizionale naturale relativo alla nostra specie, nel melarismo, esso risulterà, e lo sarà sempre di più, l'unico orario in cui abbiamo appetito).

Quindi, il MELARISMO 2 ha l'impostazione giornaliera MONOPASTO (senza aggiunte) che è definita

1S7 cioè, 1(mela rossa) Stark(-deliziosa) alle 7(pomeridiane);

[ricordare sempre che questa mela deve essere del peso medio naturale di circa 4 etti, fino a poco meno o poco più a seconda della propria statura; è fondamentale che sia almeno biodinamica (e consumata solo a morsi, senza tagliarla o modificarla in nessun modo) e ottima al gusto, segno anche di buona coltivazione; per motivi anche bioenergetici è meglio che rimanga sempre una, ma se proprio si fatica a trovarla di questo peso, basta raggiungerlo con due (mai di più) mele].

Come abbiamo accennato, dall'impostazione giornaliera bipasto del melarismo 1, occorre usare MOLTA gradualità per raggiungere l'impostazione giornaliera monopasto del melarismo 2.

Come in tutti i fenomeni di raggiungimento di equilibrio, la gradualità del cambiamento diventa più LUNGA a mano a mano che ci si avvicina all'equilibrio finale, così durante il melarismo 1, nell'avvicinamento scalare postdetto al melarismo 2, dobbiamo seguire TUTTA la gradualità che richiede il nostro organismo, il quale deve avere tutto il tempo necessario per pulire fino in fondo ogni nostra singola cellula intasata da un'enorme quantità di molecole tossiche accumulate nel tempo, proprio per avere la possibilità di innescare gradualmente il perfetto metabolismo specie-specifico, che ci consente di consumare molto meno energia, e, proprio esattamente per questo, ottenendo la massima energia fisica e mentale, precisamente come un aeroplano che, raggiunta l'alta quota finale di equilibrio, consuma una quantità ENORMEMENTE MINORE di carburante rispetto alla fase di decollo, pur viaggiando finalmente ad una velocità ENORMEMENTE MAGGIORE (dovuta specialmente all'aria di alta quota che, essendo molto più rarefatta, oppone molta meno resistenza, esattamente come le tossine aspecifiche quando queste diminuiscono di molto nelle nostre cellule, iniziando a consentire

ai miliardi di miliardi di molecole sane tutta l'enorme dinamicità necessaria per la nostra perfetta fisiologia). Per poter effettuare senza problemi questa GRANDE GRADUALITA’, man mano che si procede lentamente, ALMENO in MOLTI MESI, dal melarismo 1 al melarismo 2, e durante il melarismo 2 stesso, è sufficiente tenere sotto controllo i seguenti parametri FONDAMENTALI della gradualità melariana, e procedendo in questo modo:

1) PESO corporeo: una volta che, dal fruttarismo 3 al melarismo 1, si è assestato (deve rimanere solo di poco inferiore, al MASSIMO di 2 o 3 chili), subito dopo, dal melarismo 1 in poi, il peso corporeo deve ASSOLUTAMENTE rimanere sempre COSTANTE; una volta avviato il melarismo 1, dopo il predetto periodo MINIMO di un mese, solo nel caso in cui, a parità di quantità di cibo consumata, il peso corporeo aumenta, anche leggermente ma in maniera quasi continua per almeno una decina di giorni (questo vuol dire che il metabolismo ha pulito maggiormente le nostre cellule dalle tossine aspecifiche, e, di conseguenza, è diventato un poco più efficiente, abbassando il metabolismo a parità di energia, fisica e mentale, risultante) allora si può diminuire un poco la quantità di cibo (in direzione del melarismo 2), fino a tornare a peso assolutamente COSTANTE; questa procedura si deve ripetere MOLTE volte, a passetti anche piccolissimi, i cui tempi deve decidere, quindi, SOLO il nostro organismo stesso;

   FONDAMENTALE: se il peso corporeo comincia a calare, vuol dire che si sta procedendo troppo velocemente, quindi si deve fare un passettino indietro nel precedente livello di gradualità;

2) ENERGIA (fisica e mentale): come in tutte le fasi e sottofasi precedenti e successive, sia nel melarismo 1 che in tutta la transizione al melarismo 2, che nel melarismo 2 stesso, la nostra energia, sia fisica che mentale, deve essere sempre ostantemente ELEVATA, e continuamente un poco maggiore ogni giorno che passa;

   FONDAMENTALE: se l’energia fisica o mentale dovesse calare, come per il peso, vuol dire che si sta procedendo troppo velocemente, quindi si deve fare un passettino indietro nel precedente livello di gradualità.

Qual'ora il peso corporeo dovesse calare, ma la forza muscolare rimane invariata oppure aumenta, questo significa che si stà eliminando ancora delle tossine aspecifiche resiude. Una volta che tutte le tossine aspecifiche sono state eliminate, il relativo aumento di massa muscolare diviene ancora più facile e normale.

SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in questo modo, una volta raggiunto il livello di melarismo 2 I maniera stabile, si terminerà di comprendere il motivo per cui si parla delle caratteristiche determinate dall’alimentazione specie-specifica, come qualità compatibili addirittura con il termine perfezione. Alcuni dei dettagli di queste caratteristiche verranno analizzati più avanti.

3) MELARISMO SALUTARE 3 (M3) Il melarismo salutare 3, essendo anche l'UNICA fase di transizione salutare al respirarismo, è esposto più avanti, nei paragrafi relativi al respirarismo stesso.

Ennesima prova scientifica dell'infinita superiorità del MELARISMO addirittura rispetto anche al fruttarismo; STATO DI IDRATAZIONE CELLULARE PERFETTA solo ed esclusivamente con il MELARISMO: di conseguenza, anche ASSENZA TOTALE DI SETE [di acqua (inorganica)]

Un altro ennesimo elemento dimostrativo della specie-specificità dell'uomo eslusivamente con la mela, riguarda lo stato di idratazione cellulare e la conseguente sensazione di sete: I PRIMATI FRUTTIVORI, IN NATURA, MAI BEVONO [riferito all'acqua (inorganica)] in quanto lo stato di idratazione cellulare è già perfetta, visto che la frutta contiene mediamente l'80-90% di acqua fisiologica nutrizionale (cioè specifica anche per l'idratazione cellulare trofica) (contrariamente ai carnivori, ai granivori, agli erbivori, ecc., che sono costretti periodicamente a bere); ora, passando alla specie umana, i fruttariani (i quali si alimentano con quasi tutti i tipi di frutta commestibile) bevono pochissimo, ma normalmente sono costretti anch'essi periodicamente a bere [anche acqua (inorganica)], avendo mediamente gli altri frutti acqua fisiologica o quantitativamente poco sufficiente, o qualitativamente solo parzialmente assimilabile (ad esempio, di solito si prova la sensazione di sete dopo aver consumato una banana, o un frutto grasso, o alcuni frutti ortaggio, ecc.), mentre solo ed esclusivamente i MELARIANI, alimentandosi con un frutto che contiene mediamente

L'85% DI ACQUA FISIOLOGICA NUTRIZIONALE SPECIE-SPECIFICA, cioè ACQUA FISIOLOGICAMENTE E TROFICAMENTE PERFETTA, quindi CON SOLUTI ORGANICI CHE NE CONSENTONO LA TOTALE ASSIMIBILITA' PER LA SPECIE UMANA,MAI PROVANO LA SENSAZIONE DI SETE, E QUINDI MAI BEVONO

[riferito all'acqua (inorganica)], proprio come tutti gli altri primati fruttivori. Del tutto al contrario, sempre come per tutti gli altri i primati fruttivori, anche per la specie umana,

L'ACQUA INORGANICA E' TOSSICA (di qualsiasi tipo, da quella piovana pura, a quella di sorgente, o distillata, o imbottigliata, o di rubinetto, o filtrata, o alcalina, o modificata in qualsiasi modo, ecc.), (l'acqua inorganica è adatta alle piante, o, al limite, come accennavamo, ai carnivori, ai granivori, agli erbivori, ecc, in quanto si nutrono di "cibi" che, come

abbiamo visto, avendo NESSUNA finalità biologica nutrizionale, MAI hanno la capacità di mantenere lo stato di idratazione cellulare ottimale)

sia perchè, come predetto, l'unica ACQUA SPECIE-SPECIFICA per tutti i primati fruttivori compreso l'UOMO è SOLO ED ESCLUSIVAMENTE L'ACQUA FISIOLOGICA contenuta nei frutti [e, ovviamente, per la specie umana, in particolare della MELA, che come predetto, è l'unica che contiene i SOLUTI ORGANICI che ne consentono la totale assimibilità e salubrità specie-specifica; infatti, contrariamente all'acqua inorganica, in cui le molecole d'acqua sono legate solo a soluti inorganici,

nell'acqua fisiologica le molecole d'acqua sono quasi tutte legate, direttamente o indirettamente, a soluti ORGANICI (con strutture molto complesse e specie-specifiche), che sono proprio quelli che rendono l'acqua, appunto, fisiologica, cioè perfettamente adatta alla fisiologia animale, specialmente la più biochimicamente evoluta, come quella dei primati fruttivori, compreso l'uomo] e sia perchè l'acqua inorganica ha una struttura quasi totalmente pentagonale, mentre l'ACQUA FISIOLOGICA contenuta nei frutti, e specialmente nella MELA, HA UNA STRUTTURA QUASI TOTALMENTE ESAGONALE (distribuita addirittura in diversi strati sovrapposti sulla superficie di contatto con ogni molecola organica) che è proprio la struttura che conferisce LA SALUTE MASSIMA ALLE NOSTRE CELLULE.

Dunque, visto che il MELARISMO è l'unico modello alimentare al mondo che, oltre a nutrire perfettamente, idrata anche perfettamente le cellule A TAL PUNTO DA RIMETTERSI FINALMENTE IN ASSE ANCHE CON LA NATURALITA' DEL NON BERE DI TUTTI I PRIMATI FRUTTIVORI, BASTEREBBE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUESTO DATO DI FATTO, per l'ennesima volta, A DIMOSTRARE CHE LA SPECIE UMANA E' MALIVORA.

La gradualità SPONTANEA nell'eliminazione dell'acqua (inorganica) comincia dall’INIZIO del melarismo salutare 1

Di solito nel fruttarismo si ha ancora sete di acqua (inorganica; finchè se ne sente il bisogno va comunque assunta) proprio perchè ancora è una alimentazione poco adatta alla nostra specie, ma quando si entra gradualmente nel MELARISMO, a cominciare dal melarismo salutare 1, si noterà che la voglia di acqua (inorganica) diminuirà in breve tempo fino finalmente a SCOMPARIRE DEL TUTTO (anche in pochi giorni), provando addirittura fastidio al solo contatto orale, e persino al semplice pensiero di riassaggiarla [ovviamente mai bisogna forzare questo processo di eliminazione dell'acqua (inorganica), ma solo seguire la diminuzione ed eliminazione di essa richiesta SPONTANEAMENTE dal nostro organismo stesso].

E' probabile che all'INIZIO del melarismo 1, ogni tanto si provi ancora della sete di acqua (inorganica), il che vuol dire, quindi, che ancora è si insufficientemente DISINTOSSICATI (in quel caso cercare di assumerla solo all'inizio del pasto, dopo però aver consumato almeno mezza mela che deve essere sempre la prima cosa assunta a stomaco vuoto); durante (mediamente) il PRIMO mese di melarismo 1 la eventuale sete di acqua (inorganica) diventa gradualmente sempre più rara e piccola, ma, come predetto, uno dei segnali fondamentali che si comincia ad essere PROFONDAMENTE DISINTOSSICATI è proprio quando anche la eventuale sete di acqua (inorganica) SCOMPARE DEL TUTTO (come predetto, ovviamente senza mai forzarsi, ogni fase deve avvenire sempre in maniera del tutto SPONTANEA).

Pratica melariana: dettagli fondamentali

Ovviamente, è assolutamente fondamentale:

- come predetto, che le mele siano almeno biodinamiche (o, al limite, biologiche);

- iniziare sempre, sia nella giornata, che nel singolo pasto, con la mela rossa della varietà STARK-DELIZIOSA (bisogna trovare quelle più buone al gusto, che è segno anche di buona coltivazione), in quanto, essendo essa l'unica adatta alla nostra specie, e quindi l'unica completa, ci assicuriamo tutte le sostanze che ci servono nella giornata;

- in ogni caso, preferire sempre assolutamente le mele rosse (poi, solo come eccezione, nell'ordine, gialle, e, per ultimo, le verdi, le quali entrambe hanno sostanze meno specie-specifiche per l'uomo, oltre che essere leggermente acidificanti);

- MAI LAVARLE O STROFINARLE, come predetto, sia per evitare di diminuire la vitamina B12, sia per non espellere, anche per semplice osmosi, numerosissime preziosissime sostanze, assolutamente essenziali pure per

la funzionalità delle altre sostanze contenute nella polpa;

- MAI sbucciarla assolutamente (come già visto, la buccia, tra l'altro, contiene oltre il 70% delle vitamine dell'intero frutto, oltre che, proprio la superficie esterna della buccia, essere assolutamente l'UNICA zona di presenza della vitamina B12);

- MAI tagliarla o modificarla in ALCUN modo (ad esempio, tramite coltello, frullatore, centrifuga, cottura, ecc.), (unica eccezione: la predetta parte di cena del melarismo 1, esclusa cottura), per evitare di rompere le fibre, alterare l'equilibrio biochimico a cominciare dall'ossidazione molecolare, o, tramite il contatto col metallo, provocare la disattivazione di molti complessi enzimatici, tramite cottura modificare tutte le strutture molecolari, a cominciare dalle vitamine termolabili, ecc.;

- mangiarla sempre semplicemente A MORSI (il che, oltre a irrobustire i denti e le gengive, fa entrare immediatamente in contatto le numerosissime sostanze della mela con la ptialina e tutti gli altri composti della saliva, consentendone l'utilizzo) (unica eccezione: la predetta parte di cena del melarismo 1);

- il torsolo della mela MAI va mangiato (contiene sostanze leggermente tossiche, ed è un chiaro messaggio della natura che ci si sta avvicinando troppo ai semi, che la pianta, ovviamente, deve proteggere con la massima cautela), va naturalmente gettato (possibilmente, come per tutti i semi, per almeno dare loro la possibilità di vita, su di un prato);

- assolutamente MAI mangiare i semi della mela (come di qualsiasi altro frutto) in quanto sono molto tossici, anche perchè contengono acido cianidrico (il melo difende così i suoi "cuccioli" di melo, i semi). Basta, cioè, solo un po' di buon senso.

I 2 errori gravissimi classici dei melariani: mele modificate e digiuno

Per mele "modificate" si intende, ad esempio, a cui si toglie la buccia, o che si tagliano, o che si frullano (sempre a parte la predetta parte di cena del melarismo 1), o, ancora peggio, che si fanno fermentare (sidro o aceto di mele), o mele di cui, addirittura, si mangiano i semi, ecc.

Le mele, invece, come predetto, vanno consumate ESATTAMENTE COSI' COME LE OFFRE LA NATURA [assolutamente con la buccia, a morsi e nel modo più semplice, gettando il torsolo (con i semi) alla fine].
Specialmente col melarismo, IL DIGIUNO VA ASSOLUTAMENTE EVITATO (l'estrema dannosità del digiuno è analizzata meglio nel capitolo relativo alla Terapeutica moderna, e, come vedremo meglio, il melarismo innesca una fisiologia DISINTOSSICANTE POTENTISSIMA, che è proprio esattamente opposta alla fisiologia massacrante del digiuno).

Con questo minimo buon senso, col MELARISMO si raggiungerà gradualmente il massimo della sensazione di benessere assoluto, il massimo di allegria profonda e praticamente continua, il massimo di armonia con se stessi, con gli altri e con la natura, in una parola, il massimo assoluto di salute, e, in natura, di FELICITA', e addirittura il massimo di longevità assoluta con aspetto fisico rimasto o tornato giovane (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla Gerontologia moderna).

Alimentazione melariana:

Unico modello alimentare NATURALE, e, quindi, che riporta l'organismo al PESO NATURALE PERFETTO e MASSA CORPOREA NATURALE PERFETTA

Come accennato, CON L'ALIMENTAZIONE FINALMENTE IDEALE (NATURALE), IL PESO CORPOREO IDEALE (NATURALE) LO DECIDE L'ORGANISMO STESSO, GIUNGENDO ANCHE AD UNA BELLEZZA ESTETICA ARMONICA PERFETTA [come predetto anche SCOLPENDO letteralmente la muscolatura (pure con esercizio fisico quasi nullo) sempre in maniera assolutamente armonica].

Abbiamo già visto che, a fronte di una quantità minima di nutrienti, (come sappiamo, per il principio della minima energia, è sempre quella ottimale), la mela offre, al contempo, LA QUALITA' ASSOLUTAMENTE MASSIMA di ognuno dei suoi miliardi di miliardi di unità strutturali, e, di conseguenza, essendo anche l'unico frutto e cibo al mondo a lasciare perfettamente invariato il pH ematico al suo valore naturale di 7,41, è pure l'unico al mondo che elimana l'usura proteica indotta, e addirittura nessun tipo di usura indotta di nessun altra unità strutturale,e cioè, in altri termini, è anche L'UNICO ALIMENTO AL MONDO (per la specie umana) CHE MAI SCAVA L'ORGANISMO, IN NESSUN MODO ED IN NESSUN PUNTO, consentendo, quindi, a quella quantità perfetta di nutrienti perfetti, di mantenere pure sempre MASSIMAMENTE tonico l'intero organismo. E' facile capire, dunque, usando l'allegoria di prima, che se al sacco di sabbia da tenere pieno,

gli si chiude il buco sotto da dove esce la sabbia, basterà quasi niente sabbia aggiunta per mantenerlo pieno. Dobbiamo però ricordarci sempre che si proviene da “alimentazioni” precedenti aspecifiche e quindi intossicanti (compreso il fruttarismo), di conseguenza per ottenere questi risultati di peso e massa muscolare perfetti occorre usare una certa gradualità, e quindi è TOTALMENTE INDISPENSABILE INIZIARE IL MELARISMO CON LA FASE M1 (che comprende anche MELE ESSICCATE, da usare solo ed esclusivamente nei modi e tempi predetti).

Con il melarismo, per un fisico anche tonico e addirittura scolpito, è sufficiente anche poca attività fisica, ma solo ed esclusivamente quella naturale, che vedremo più avanti.

Visto che ci possiamo trovare ancora in ambiti di vita innaturali, conviene controllare (almeno ogni tanto, soprattutto nel primo periodo), comunque, che il peso MAI sia inferiore a quello medio-minimo (cioè ideale) indicato dalla scienza dell'alimentazione; a partire dai dati relativi all’indice di massa corporea, vi sono varie formule matematiche date dalla scienza dell'alimentazione per conoscere il nostro peso ideale, ma siccome si possono dimenticare molto facilmente, conviene ricordarsi il metodo più semplice (e coincidente all'incirca proprio con la media che si ottiene con le suddette formule), e, cioè, è sufficiente il semplicissimo metodo dell' "altezza meno 15": cioè una persona alta, ad esempio, 1,70 m, avrà il peso ideale, mediamente, di "70 meno 15"= 55 chili. (Mediamente perchè ovviamente, a parità di altezza, chi ha, ad esempio, le spalle più larghe della media dovrà fare "70 meno 10", e quindi il peso ideale sarà intorno ai 60 chili, e chi ha, invece, le spalle più strette della media dovrà fare "70 meno 20", e quindi il peso ideale sarà intorno ai 50 chili).

E’ FONDAMENTALE EVITARE DI ANDAR AL DI SOTTO DI QUESTO PESO CORPOREO NATURALE.

Per esigenze personali particolari, tipo aumento o diminuzione di peso (ma MAI inferiore al suddetto), ovviamente basta, rispettivamente, aumentare o diminuire le quantità predette (di mele o derivati) al giorno; per l'eventuale volontà di ulteriore aumento di massa corporea, si possono aumentare in particolare le mele essiccate (come accennato, addirittura 10 volte più concentrate in carboidrati, proteine e grassi)(sempre che sia assente qualsiasi acidosi), con il contemporaneo aumento del sottoesposto esercizio fisico [ma la massa corporea ideale è sempre quella decisa dall'organismo stesso, solo attraverso la gradualità predetta (M1), quindi mai forzare, compreso il mai esagerare, ovviamente, con la quantità di mele essiccate].

E' da ricordare che oltre al peso e' bene controllare la Forza Muscolare, allenandosi poco e tutti I giorni.

Il mantenimeto ed acrescimento della forza, e' un chiaro segnale che la massa muscolare e' preservata o addirittura aumentata, anche in presenza di calo di peso.

Ancora sul Peso

Venendo da modelli alimentari intossicanti (fruttarismo compreso), il corpo umano dovrà passare un certo periodo di tempo in fase catabolica, ovvero di eliminazione di tutto quel materiale tossico.

Prima il corpo si libera di tutte queste tossine, e prima può passare alla fase anabolica, ovvero, di costruzione di materia e massa corporea, con consequente di aumento di peso e muscoli dove necessario.

Per accelerare il più possibile questa fase catabolica, e' bene controllare e mantenere il PH fisioneutro, ovvero a 7.41, ed alimentarsi il più possibile con il cibo specie – specifico dell'uomo: LA MELA ROSSA STRAK.

A regime alimentare Malivoro, e' bene MAI superare il limite 0,1gr di proteine per chilo di peso, quando si vuole rimmetter massa muscolare magra. A rigor scentifico, per aver il calcolo esatto và considerato un surplus proteico per favorire la crescita muscolare.

Se voglio aggiungere 5kg di muscolo al corpo(partendo da un peso di 70 chili), devo aggiungere questo valore al mio peso attuale, per avere il MASSIMO LIMITE DI PROTEINE AL GIORNO: (70kg + 5kg) * 0.1 gr = (75 * 0.1) = 7.5 gr di PROTEINE AL GIORNO.

Và ricordato che, mano mano che il metabolismo diviene più efficente e TOTALMENTE PRIVO DI TOSSINE ASPECIFICHE, tale LIMITE MASSIMO può e DEVE CALARE, e rispettare il principio di MINIMA ENERGIA.

Un aumento di circa 100gr muscoli alla settimana, meglio ogni 2, e' possibile durante le prime fasi di ripresa di peso(massa magra). L'accrescimento muscolare DEVE ESSER LENTA per ESSERE DURATURA.

Semplificazione massima della transizione al melarismo

Il melarismo, nei suoi tre stadi successivi, come, ovviamente, tutte le altre fasi "alimentari", si applica, nella maniera più semplice e veloce, in un ecosistema antropico (cioè adatto alla specie umana, descritto meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica), come quello di un ECOVILLAGGIO (almeno FRUTTARIANO), o, ancora meglio, di una SOCIETA' NATURALE (almeno MELARIANA) (descritte meglio sempre nel predetto capitolo), ma, finchè si vive ancora nella presente società innaturale, in cui è ancora presente anche dello stress soprattutto psicologico, è, ancora di più, assolutamente indispensabile, per rendere semplice la presente fase melariana, cominciare subito ad effettuare la NATURALIZZAZIONE 3M, che spiegheremo più avanti.

Infatti, come si vedrà meglio più avanti,il passaggio ad vita più NATURALE per la nostra specie, consentirà di giungere specialmente al MELARISMO, in maniera ASSOLUTAMENTE SPONTANEA, MA ADDIRITTURA SENZA ACCORGERSENE NEMMENO, E CON IL MASSIMO ASSOLUTO DEL PIACERE,

quindi gradualmente alla salute perfetta, dunque alla felicità, fino (come vedremo meglio nel capitolo dedicato alla gerontologia moderna), sfruttando appieno tutti i meccanismi di letterale autoriparazione genetica e generale dell'evolutissimo organismo umano, anche al blocco più totale dei processi d'invecchiamento, ma addirittura, all'inversione dei processi d'invecchiamento stesso(è la banalissima fase G-zero, notissima agli scienziati di tutto il mondo) sino a riequilibrio organico totale ristabilito.

Fenomeno alimentare FONDAMENTALE in NATURA: il MONOTROFISMO: OGNI SPECIE VIVENTE, ANIMALE O VEGETALE, SI NUTRE DI UN UNICO ALIMENTO.

DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA del MONOTROFISMO MALIVORO della SPECIE UMANA

A livello scientifico mondiale è ormai chiarissimo, anche incrociando i dati tra tutte le scienze inerenti, TROFOETOLOGIA COMPARATA, ECOSISTEMICA MODERNA, PALEOTROFOLOGIA, ANATOMIA COMPARATA, MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITO-ZOOLOGICA, SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE MODERNA, TROFOPATOLOGIA COMPARATA, TROFOBIOFISICA, ECC., il fenomeno alimentare FONDAMENTALE esistente in NATURA, relativamente a tutte le SPECIE ANIMALI, anche a tutte le SPECIE VEGETALI, persino addirittura in TUTTO il loro CICLO VITALE, DALLA FASE GAMETO-ZIGOTE-EMBRIONALE, ALLA NASCITA, ALLO SVILUPPO, FINO A TUTTO IL RESTO DELLA LORO VITA:

il MONOTROFISMO (da "monos"= uno, e "trophos"= cibo), cioè il fenomeno naturale per cui

OGNI SPECIE VIVENTE, ANIMALE o VEGETALE,

co-abitando proprio nello STESSO ecosistema [in fase di climax, cioè di equilibrio finale stabile, sia se in una situazione di predetto ciclo H che di devianza H (ovviamente non alterate dall'uomo)] del SUO NUTRIMENTO, quindi in presenza di INTERAZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA ENORME e CONTINUA con esso, guidata PROFONDAMENTE SEMPRE dal principio BIOFISICO della MINIMA ENERGIA, che convoglia INEVITABILMENTE verso la SOLUZIONE BIOMECCANICA e BIOCHIMICA più semplice e soprattutto DEL TUTTO UNITARIA, addirittura per MOLTI MILIONI di ANNI, anche col meccanismo filogenetico di SELEZIONE FITO-ZOOLOGICA RECIPROCA, compreso nella POTENTISSIMA procedura generale della CO-EVOLUZIONE, raggiunge lo stesso stadio finale di COMPLEMENTARITA' ANATOMO-FISIOLOGICA ASSOLUTA CON UN UNICO ALIMENTO (detto SPECIE-SPECIFICO) E SOLO ed ESCLUSIVAMENTE CON ESSO [invece che un'intera categoria alimentare come talvolta erronemente si poteva pensare, cioè, ad esempio, l'erbivoro, come vedremo meglio, (sempre, ovviamente, nel suo ecosistema specie-specifico, in equilibrio di climax, e inalterato dall'uomo) mai si nutre dell'intera categoria alimentare "erba" (costituita di centinaia di migliaia di specie vegetali diverse), ma si nutresolo di UN' UNICA pianta erbacea SPECIE-SPECIFICA, ma ADDIRITTURA di UN' UNICA sua PARTE molto auto-selezionata per la sua ANATOMIA e FISIOLOGIA (il principio della MINIMA ENERGIA, sinonimo trofico di PERFETTA COMPLEMENTARITA' ANATOMO-FISIOLOGICA, agisce profondamente con PRECISIONE ASSOLUTA); STESSO fenomeno MONOTROFICO avviene per FRUTTIVORI, carnivori, granivori, ecc., e, ovviamente, come vedremo meglio più avanti, E' AVVENUTO anche e SOPRATTUTTO PER LA SPECIE UMANA (visto pure che lo stesso principio della MINIMA ENERGIA diventa sempre più UNIVOCO con il procedere dell'evoluzione)],

tipica sia del ciclo H che della devianza H, che aveva la stessa dinamica trofo-molecolare della VITA al momento della sua NASCITA oltre 4 miliardi di anni fa (quando nacque la vita, l'alimento di ogni specie vegetale ed animale |cioè batteri autotrofi e batteri eterotrofi| era addirittura mono-molecolare, cioè costituito di una sola tipologia molecolare), sempre per il motivo per cui ciò che noi chiamiamo NATURA, è un insieme di ecosistemi, ognuno dei quali costituito da miliardi delle STESSE TRE UNITA' STRUTTURALI FONDAMENTALI, protoni, neutroni ed elettroni (sotto forma di sia di componente minerale che cellulare, cioè sotto forma sia di minerali, sia di vegetali che di animali), ognuna delle quali, a loro volta, segue, in ogni secondo, lo stesso principio che segue ogni altra particella dell'intero universo: il PRICIPIO DELLA MINIMA ENERGIA. Talvolta (visto che fortunatamente tutti i testi più dettagliati anche ecosistemicamente relativi alla trofoetologia comparata dimostrano, proprio negli stessi dati trofici ed ecosistemici di fatto, il monotrofismo più assoluto) i ricercatori

sono stati confusi dal fatto che spesso i dati di osservazione alimentare animale sono stati rilevati dopo enormi modifiche degli ecosistemi, ormai sempre più completamente stravolti dall'impatto ambientale disastroso del nostro modello ancora primitivo post-glaciale di società, che ha portato sovente, inoltre, le stesse specie animali e vegetali ad insediarsi in zone del pianeta assolutamente incompatibili con la loro specie, portando entrambi a comportamenti, anche e soprattutto alimentari, completamente stravolti pure loro, e del tutto estranei alla loro stessa natura (è come se un extraterrestre studiasse l'apparato locomotore di un uomo talmente distrutto da essere costretto a camminare a carponi quasi disteso a terra: le sue conclusioni sarebbero che la specie umana è quadrupede).

Quindi, è assolutamente ovvio, che SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se l'osservazione scientifica (raccolta dati) avviene in un contesto veramente NATURALE, allora si può giungere ad una conclusione veramente NATURALE. Ora, l'osservazione scientifica si definisce avvenire in un contesto VERAMENTE NATURALE, ovvero si definisce osservazione scientifica NATURALE, (soprattutto se si studia il fenomeno ALIMENTARE di una specie animale o vegetale) solo ed esclusivamente quando si verificano le seguenti condizioni principali:

1) la specie (animale o vegetale) studiata è perfettamente inserita nel suo ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO;

2) l'ecosistema specie-specifico è in fase di CLIMAX, cioè di EQUILIBRIO FINALE STABILE, sia se in una situazione di predetto ciclo H che di devianza H;

3) l'ecosistema specie-specifico non è NEMMENO MINIMAMENTE modificato, direttamente o indirettamente, dall'uomo;

4) conoscenza da parte del ricercatore del CICLO H e della fondamentale INVARIANZA TROFICA dovuta all'eventuale cibo di RIASSETTO H (cioè, ad esempio, che se un carnivoro succhia o ingerisce una foglia, ciò rientra nel quadro del naturale riassetto H del carnivoro, spigato nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, e non fa di lui di certo un'animale a struttura digerente erbivora, stesso concetto vale per un granivoro o un erbivoro se ingeriscono parzialmente o totalmente un frutto, o per un fruttivoro se assaggia un frutto biochimicamente più evoluto di quello per lui specie-specifico).

A rigore scientifico, dunque, quando cioè almeno TUTTE le suddette condizioni SCIENTIFICHE assolutamente essenziali di NATURALITA' ECOSISTEMICA sono TOTALMENTE soddisfatte,si giunge inevitabilmente alla semplice conclusione che IL MONOTROFISMO(cioè il nutrirsi di UN SOLO alimento specie-specifico) E' DEL TUTTO LA NORMALITA' IN NATURA (in equilibrio ecosistemico); in altri termini, QUALSIASI SPECIE ANIMALE (ovviamente sempre in ecosistema specie-specifico in equilibrio, e quindi anche) IN ABBONDANZA DEL SUO ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO MANGIA SOLO QUELLO.
Infatti, per maggiore precisione, sull'INTERO PIANETA si conoscono un TOTALE di oltre 1,9 MILIONI di SPECIE VIVENTI (da vegetali ad animali, iniziando da batteri e protozoi, fino ad alghe, funghi, briofite, pteridofite, spermatofite, invertebrati, pesci, anfibi, rettili, uccelli e mammiferi), e si è calcolato che, sul totale dei MILIARDI di INDIVIDUI appartenenti a TUTTE le suddette specie viventi, ben oltre ADDIRITTURA il 99,7% è già ufficialmente MONOTROFICO, ma persino il rimanente meno dello 0,3% è risultato ancora completamente MONOTROFICO (ovviamente anche per esso vanno usati TUTTI i parametri moderni della suddetta osservazione scientifica NATURALE; anche se, come si è accennato, il fenomeno NATURALE del monotrofismo è sempre stato implicito, direttamente o indirettamente, negli stessi dati trofici di fatto di tutti i testi inerenti la trofoetologia comparata, il termine monotrofismo è stato introdotto recentemente dalle centinaia di scienziati predetti in fase di incrocio dei dati relativi, anche come risultato finale proprio dell'utilizzo di TUTTI i suddetti parametri NATURALI).

Ad esempio, (come tutti i fruttivori) specialmente lo simpanzè, L'ANIMALE PIU' SIMILE (anatomo-fisiologicamente) IN ASSOLUTO ALLA SPECIE UMANA, quando si trova nel suo ecosistema specie-specifico e inalterato, e quindi anche con abbondanza del suo frutto SPECIE-SPECIFICO, non solo si nutre unicamente ed esclusivamente di esso, cioè SOLO ed ESCLUSIVAMENTE DI UN UNICO TIPO DI FRUTTO (MONOTROFISMO fruttivoro), MA ADDIRITTURA SPESSO ANCHE DELLO STESSO ALBERO, da cui un branco può non scendere mai ANCHE PER MOLTISSIMI MESI CONSECUTIVI, FINO AD ESAURIMENTO DI QUEL FRUTTO (il volume della chioma arborea di un solo albero intertropicale è spesso MOLTO maggiore addirittura di quello di un intero stadio di calcio), per poi, se l'ecosistema è in equilibrio, ricominciare subito la STESSA dinamica con un altro albero fruttifero della STESSA specie.

[Sugli INNUMEREVOLI testi di PRIMATOLOGIA TROFICA antica e moderna PIU' DETTAGLIATI (risalenti soprattutto a PRIMA che l'uomo avesse distrutto totalmente il loro equilibrio ecosistemico specie-specifico), contenuti anche nelle biblioteche di zoologia delle università di tutto il mondo, spessissimo si leggono anche frasi di stanchezza dei ricercatori di TROFOLOGIA PRIMATICA ANTROPOMORFA che, nascostissimi all'interno delle foreste, erano

COSTRETTI A SCRIVERE SUI LORO TACCUINI OGNI GIORNO E PER MOLTISSIMI MESI CONSECUTIVI SOLO ed ESCLUSIVAMENTE SEMPRE LO STESSO NOME DELLO STESSO TIPO DI FRUTTO CHE CONSUMAVA RISPETTIVAMENTE OGNI TIPOLOGIA DI PRIMATI ANTROPOMORFI ESAMINATA, SENZA TOCCARE NEMMENO IL

PIU' PICCOLO GERMOGLIO, PARTE VEGETALE O TANTO MENO IL PIU' PICCOLO INSETTO (A COMINCIARE PROPRIO DAI PRIMATI PIU' SIMILI ALLA SPECIE UMANA IN ASSOLUTO COME GLI SCIMPANZE').

Nei testi di TROFOLOGIA PRIMATICA ANTROPOMORFA si leggono quasi altrettanto spesso anche frasi di stanchezza di altri ricercatori

CHE ERANO COSTRETTI A RIMANERE SOTTO LO STESSO ALBERO PERSINO PER MOLTISSIMI MESI CONSECUTIVI PROPRIO ESATTAMENTE PERCHE' IL BRANCO DI PRIMATI ANTROPOMORFI ESAMINATI SI NUTRIVA SOLO ed ESCLUSIVAMENTE SEMPRE DELLO STESSO TIPO DI FRUTTO

MA ADIRITTURA SEMPRE DELLO STESSO GIGANTESCO ALBERO TROPICALE DA CUI L'INTERO BRANCO ESAMINATO MAI SCENDEVA (ricordiamo che i più grandi alberi fruttiferi intertropicali spesso raggiungono dimensioni di chioma arborea superiore addirittura ad un intero stadio massimo moderno di calcio, con punte dimensionali che superano ben quattro stadi di calcio suddetti uniti)].

Ancora ad esempio, la giraffa è folivora, cioè si nutre solo di foglie, MAI SI NUTRE DI TANTI TIPI DI FOGLIE, MA (sempre ovviamente nel proprio ecosistema specie-specifico, non alterato, e quindi anche con abbondanza del suo alimento specie specifico) SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI UN UNICO TIPO DI FOGLIA (MONOTROFISMO folivoro), ESATTAMENTE FOGLIE DI ACACIA.

[Infatti, l'acacia è nota botanicamente anche come "Acacia Giraffae" (cioè "acacia della giraffa"); come avviene per ASSOLUTAMENTE TUTTE le specie animali, la CO-EVOLUZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA anche tra questa specie animale ed il suo UNICO cibo specie-specifico, in questo caso tra giraffa ed acacia è chiarissima, a cominciare dalla spinosità delle sue foglie che è complementarizzata da una lingua della giraffa lunga vischiosa e dura, con cui avvolge le foglie dell'acacia strappandole evitando perfettamente le sue spine].

Ancora ad esempio, il formichiere è insettivoro, cioè si nutre solo di insetti, PERO' MAI SI NUTRE DI TANTI TIPI DI INSETTI, MA (sempre ovviamente nel proprio ecosistema specie-specifico, inalterato, e quindi anche con abbondanza del suo alimento specie specifico) SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI UN UNICO TIPO DI INSETTO (MONOTROFISMO insettivoro), ESATTAMENTE DI FORMICHE. [Infatti, sempre come avviene per ASSOLUTAMENTE TUTTE le specie animali, la CO-EVOLUZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA anche tra questa specie animale ed il suo UNICO cibo specie-specifico, in questo caso tra Formichiere e Formiche, è chiarissima, a cominciare dalla morfologia tendezialmente coniforme del capo diretto verso un punto specifico del terreno, l'apparato muscolare linguale specifico per le tane delle formiche, la lunghezza della lingua stessa che raggiunge anche il metro, le sostanze biochimiche presenti sulla superficie della lingua capaci di una forza enorme di adesione molecolare con la struttura esterna delle formiche, ecc.; tutto questo apparato specialistico per le formiche e per la struttura delle loro stesse tane consente al formichiere di consumarne fino oltre 300.000 in un solo giorno.

Ma, come sempre succede quando si approfondisce la trofologia comparata, si scopre che anche il MONOTROFISMO di questa specie animale è molto più specifico di quello che sembra ad una prima analisi:

infatti si è scoperto che persino insetti molto simili alle formiche, come le termiti, sono già DECISAMENTE TOSSICHE per la sua specie (addirittura le termiti producono secrezioni fortemente tossiche specifiche proprio per la fisiologia dei formichieri), ma addirittura il suo MONOTROFISMO è molto più specifico pure all'INTERNO dello stesso tipo di insetti specie-specifico, cioè all'interno delle varie tipologie di formiche: su almeno MIGLIAIA di varietà di esse ne consuma SOLO UNA TIPOLOGIA PRINCIPALE ed infatti si è scoperto anche che la maggior parte delle altre tipologie di formiche medesime sono decisamente TOSSICHE per la sua specie, come ad esempio le formiche tagliafoglie e le formiche legionarie].

Ancora ad esempio, gli erbivori (anche in generale) si nutrono solo di erba (pianta erbacea), PERO' MAI SI NUTRONO ASSOLUTAMENTE DI TANTI I TIPI DI PIANTE ERBACEE, MA (sempre ovviamente nel proprio ecosistema specie-specifico, inalterato, e quindi anche con abbondanza del suo alimento specie specifico)

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI UN UNICO TIPO DI PIANTA ERBACEA (MONOTROFISMO erbivoro) Cioè SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DELLA LORO PIANTA ERBACEA SPECIE-SPECIFICA, in abbondanza della quale (equilibrio ecosistemico) non toccano ASSOLUTAMENTE MAI altro.

Come avviene per ASSOLUTAMENTE TUTTE le specie animali, la specializzazione MONOTROFICA è ancora ENORMEMENTE SUPERIORE: come sempre, ad un ulteriore approfondimento è stato evidenziato che anche il MONOTROFISMO dell'erbivoro è molto più SPECIFICO di quello che si conosceva; infatti, studi più approfonditi hanno accertato chiaramente che, sempre in ecosistema specie-specifico in equilibrio,

L'ERBIVORO SI NUTRE DI UN UNICO TIPO DI SPECIE VEGETALE, MA ADDIRITTURA SOLO DI UNA SPECIFICA PARTE DI ESSA. Infatti, questo è il motivo per cui specie animali erbivore DIVERSE TRA LORO, in natura, riescono a pascolare addirittura FIANCO a FIANCO SENZA ENTRARE IN COMPETIZIONE ALIMENTARE, pur essendo in una zona

che presenta UN SOLO TIPO DI PIANTA ERBACEA: la ragione sta nel fatto che ogni specie animale erbivora, anche se si nutre dello stessa specie vegetale, si nutre ADDIRITTURA DI PARTI DIVERSE DI ESSA, proprio perchè hanno DIVERSA consistenza e composizione chimica: ad esempio una specie di erbivoro, a parità di specie vegetale consumata, si nutre solo delle foglie che vanno da 10 centimetri di altezza fino a 20, un altra specie di erbivoro solo delle foglie da 30 a 40centimetri, un altra ancora solo delle foglie da 50 a 60 centimetri, ecc.

STESSA IDENTICA ASSOLUTA SPECIALIZZAZIONE MONOTROFICA

AVVIENE, come abbiamo anche visto, SE SI TRATTA DI FRUTTIVORI, GRANIVORI, CARNIVORI, ecc., e l'elenco degli esempi si può continuare ADDIRITTURA per ASSOLUTAMENTE TUTTI i predetti MILIONI di specie ANIMALI, oltre che persino VEGETALI, esistenti sull'INTERO pianeta (è proprio il ciclo H di base della VITA a PRETENDERE BIOFISICAMENTE il MONOTROFISMO in fase di equilibro ecosistemico specie-specifico, visto che segue sempre il principio BIOFISICO della MINIMA ENERGIA).

Quindi, a rigore scientifico, mai bisognerebbe nemmeno usare la terminologia "fruttivoro", "erbivoro", "granivoro" o "carnivoro", ma la terminologia più esatta di MONOFRUTTIVORO, MONOERBIVORO, MONOGRANIVORO, MONOCARNIVORO, ecc. proprio perchè in natura, dunque, in condizioni ecosistemiche specie-specifiche di equilibrio,

OGNI SPECIE ANIMALE MAI SI NUTRE DI UNA CATEGORIA INTERA DI ALIMENTI (categoria della frutta, categoria dell'erba, ecc.), MA DI UN SOLO SPECIFICO ALIMENTO (UN SOLO TIPO DI FRUTTO, UN SOLO TIPO DI ERBA, ecc.), in abbondanza del quale (equilibrio ecosistemico specie-specifico) mai tocca altro.

Sempre per il semplice predetto principio fisico della minima energia, che vale per tutto l'universo, qualsiasi struttura materiale (anche organica, come vegetali e animali, compreso l'uomo) tende sempre verso una situazione di MINIMA ENERGIA, e quindi di MASSIMA SEMPLICITA' ATTUATIVA (che, tra l'altro, è la definizione scientifica stessa di "EVOLUZIONE").

Questa è anche l'ulteriore ENNESIMA motivazione SCIENTIFICA del fatto che SOPRATTUTTO LA SPECIE UMANA, che costituisce proprio esattamente, come abbiamo anche visto, la struttura BIOFISICAMENTE e BIOCHIMICAMENTE più EVOLUTA (e quindi con l'innesco del CICLO H a MINIMA ENERGIA in ASSOLUTO)

INVECE di BIOFISICAMENTE ESSERE, "fruttivora", E SOLO ED ESCLUSIVAMENTE MONOFRUTTIVORA (infatti, come abbiamo già analizzato in tutti i precedenti capitoli, l'ESAME SCIENTIFICO ed OLOSCIENTIFICO dettagliato DIMOSTRA chiarissimamente che la nostra struttura anatomo-fisiologica è PERFETTAMENTE MALIVORA).

Sempre riguardo proprio alla nostra specie, come DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA del MONOTROFISMO MALIVORO della SPECIE UMANA, oltre almeno alle scienze predette (di cui alcune vedremo più avanti) della PALEOANTROPOLOGIA MODERNA ANATOMIA COMPARATA, MORFOLOGIA FUNZIONALE COMPARATA FITO-ZOOLOGICA , FISIOLOGIA COMPARATA, SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE MODERNA, PATOLOGIA MODERNA, TERAPEUTICA MODERNA, GERONTOLOGIA MODERNA, ECOSISTEMICA PALEOTROFOLOGIA, TROFOETLOGIA COMPARATA, TROFOPATOLOGIA UMANA COMPARATA, TROFOBIOFISICA, ECC. come ulteriore conferma e DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA FINALE del MONOTROFISMO MALIVORO della SPECIE UMANA, si è valutato soprattutto il noto PARAMETRO FONDAMENTALE per stabilire quale è l'ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA (quindi adatta) ad una qualsiasi specie animale (o vegetale): la SALUTE.

Infatti, proprio per avere la CERTEZZA (al di là di ogni dubbio) nello stabilire l'alimentazione NATURALMENTE ADATTA ad una determinata specie animale, l'UNICO PARAMETRO ASSOLUTAMENTE CERTO (la nota condizione necessaria e sufficiente) è esattamente il GRADO di SALUTE che esso conferisce alla specie stessa:

Ora, come abbiamo visto e vedremo meglio più avanti, il MONOTROFISMO MALIVORO (mela rossa stark in fase monotrofica) è proprio l'UNICO modello alimentare al mondo che determina nella specie umana il MASSIMO grado di SALUTE (totalmente psico-fisica), ovvero finalmente la SALUTE PERFETTA, ma addirittura (approfondimento nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne) la MASSIMA disintossicazione aspecifica con conseguente GUARIGIONE PERFETTA da qualsiasi cosiddetta "malattia" (che, come vedremo, altro è una tossicosi aspecifica, la quale, in realtà, è uno stato fisiologico COSTANTEMENTE PRESENTE nell'organismo umano dall'onnarismo fino, in maniera decrescente ma sempre alta, al fruttarismo sostenibile stesso).

Ulteriori PROVE SCIENTIFICHE del MONOTROFISMO MALIVORO della specie umana si sono ottenute negli ultimi decenni anche proprio sulle PATOLOGIE GRAVI cronicizzate pure da oltre 30 anni (in cui la persona è stata inutilmente sottoposta a tutte le terapie mediche e farmacologiche, addirittura peggiorando continuamente il proprio stato di salute e sofferenza), le quali miglioravano mediamente solo di pochissimo nel passaggio della persona da una "alimentazione" onnariana a quella vegetariana, poi vegan, poi vegan-crudista; il primo miglioramento ENORME si constata mediamente solo con l'innesco della fisiologia del fruttarismo sostenibile tuttavia la GUARIGIONE TOTALE, con perdita definitiva di ogni forma di anche piccola SOFFERENZA e parametro patologico, si constata sempre SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con l'innesco al 100% della fisiologia perfetta almeno del MELARISMO SALUTARE 1 (ovviamente sempre raggiunto

gradualmente tramite i tre livelli di fruttarismo sostenibile, come descritto più dettagliatamente nella postdetta terapia naturale specie-specifica).

Come sempre si constata anche la CONTROPROVA SCIENTIFICA del MONOTROFISMO MALIVORO della specie umana, anche relativamente alla riproducibilità fenomenica (si ricorda che qualsiasi DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA di un fenomeno è ASSOLUTAMENTE COMPLETA solo se si hanno le due seguenti caratteristiche fondamentali:

1) **OSSERVABILITA**' del fenomeno
2) **RIPRODUCIBILITA**' del fenomeno),

con la persona che, se poi dal melarismo salutare ritorna indietro al fruttarismo sostenibile GIA' RIPRESENTA IMMEDIATAMENTE i primi sintomi chiari e sofferti della passata patologia, sintomi e sofferenza che AUMENTANO addirittura ENORMEMENTE se ritorna indietro anche fino al vegan-crudismo o oltre, ma che RISCOMPAIONO DEL TUTTO ancora una volta SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se la stessa persona ritorna gradualmente almeno al MELARISMO SALUTARE 1; queste verifiche sperimentali sono state ottenute anche ripetendo questa alternanza alimentare INNUMEREVOLI VOLTE (specialmente col metodo del doppio-cieco, per evitare anche eventuali minime alterazioni placebo).

Ancora ennesime PROVE SCIENTIFICHE MONOTROFISMO MALIVORO della specie umana si sono ottenute e si ottengono con la semplicissima PROCEDURA SCIENTIFICA AD ESCLUSIONE esaminando anche gli effetti dettagliati di tutti i modelli "alimentari", da quelli pluritrofici (cioè che utilizzano più "alimenti") primari (cioè con solo frutta) e secondari (cioè con "alimenti" diversi da frutta), fino a quelli monotrofici (cioè che utilizzano un solo "alimento") primari (cioè con un solo tipo di frutto) e secondari (cioè con solo tipo di "alimento" diverso da frutta).

La conclusione, che costituisce ulteriore ENNESIMA PROVA SCIENTIFICA del MONOTROFISMO MALIVORO della specie umana è addirittura LAMPANTE

1) TUTTI i modelli "alimentari" pluritrofici, sia secondari che primari, presentano tassi di incidenza patologica DECISAMENTE DIVERSI DA ZERO; (anche se enormemente decrescenti passando a pluritrofica secondaria a pluritrofica primaria);

2) TUTTI i modelli "alimentari" monotrofici, sia secondari che primari (diversi da mela rossa) (con fenomenologia già descritta anche nei precedenti paragrafi), presentano tassi di incidenza patologica DECISAMENTE DIVERSI DA ZERO; (come sempre, anche se enormemente decrescenti passando da montrofica secondaria a monotrofica primaria);

3) l'UNICO MODELLO ALIMENTARE della specie umana che CHE presenta tasso di incidenza patologica uguale PERFETTAMENTE A ZERO, e che ADDIRITTURA, in caso di esistenza patologica pregressa con conseguente tasso patologico non-nullo, LO RIPORTA VELOCISSIMAMENTE A ZERO, è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE proprio il MONOTROFISMO MALIVORO (mela rossa stark in fase monotrofica).

Dunque, come vedremo anche meglio più avanti, anche se l'INFINITA POTENZA SALUTISTICA della MELA e l'INFINITA POTENZA TERAPEUTICA della MELA, erano già PERFETTAMENTE conosciute fin dagli INNUMEREVOLI MILLENNI passati persino da tutte le culture mondiali, tanto da divenire, con la saggezza ultramillenaria dei popoli, ADDIRITTURA PROVERBIALE (più avanti vedremo anche come tutti i proverbi e dati storiografici che associano ALIMENTAZIONE e SALUTE puntano con stupefacente PRECISIONE SOLO ed ESCLUSIVAMENTE sulla MELA, persino in tutte le lingue mondiali principali) oggi, proprio grazie anche alla SCIENZA MODERNA, e a tutto il grande elenco predetto di SCIENZE BIOLOGICHE, MEDICHE, BIOCHIMICHE BIOFISICHE, ECC., sappiamo finalmente anche il motivo SCIENTIFICO di questa infinita POTENZA SALUTISTICA E TERAPEUTICA della MELA nei confronti della SPECIE UMANA (approfondito anche più avanti): come tutte le altre specie VIVENTI, ANIMALI e VEGETALI, anche e soprattutto la SPECIE UMANA è MONOTROFICA, e TUTTI i dati SCIENTIFICI E OLOSCIENTIFICI MODERNI DIMOSTRANO CHIARISSIMAMENTE che IL MONOTROFISMO SPECIE-SPECIFICO della SPECIE UMANA è proprio il MALIVORISMO.

Ulteriori ennesime conferme e PROVE SCIENTIFICHE del MONOTROFISMO della SPECIE UMANA si ottengono analizzandolo anche con studi più approfonditi della TROFOLOGIA COMPARATA, partendo anche dal DATO DI FATTO che il MONOTROFISMO pure della SPECIE UMANA è talmente sotto gli occhi di tutti da risultare persino BANALE: pure il più grande SCIENZIATO di tutti i tempi, che ha un'età terrestre di ben oltre 5 MILIARDI di ANNI, il cui nome è la NATURA, talmente grande SCIENZIATO che solo lei stessa ci ha PROGETTATI fin all'ultima molecola e particella subatomica, ci ha progettati così TOTALMENTE MONOTROFICI che NASCIAMO GIA' PERFETTAMENTE MONOTROFICI, dandoci, come ASSOLUTAMENTE UNICO ALIMENTO, IL LATTE MATERNO, con il cui TOTALE MONOTROFISMO anche la specie umana SUPERA PERFETTAMENTE PROPRIO IL PERIODO BIOLOGICAMENTE PIU' DIFFICILE DELLA SUA VITA, LA

FASE DI ACCRESCIMENTO PIU' VELOCE IN ASSOLUTO DI TUTTO IL RESTO DELLA SUA VITA, IN CUI IL SUO ORGANISMO ADDIRITTURA RADDOPPIA E TRIPLICA IL PROPRIO PESO IN POCHE SETTIMANE ED IN POCHI MESI, MA ADDIRITTURA LO SUPERA PERFETTAMENTE ESSENDO ESSO IL PERIODO DELLA SUA VITA CON IL MASSIMO ASSOLUTO DI FABBISOGNO NUTRIZIONALE, A COMINCIARE DAL FABBISOGNO PROTEICO.

Da notare che, come tutti gli altri primati antropomorfi, anche la SPECIE UMANA, in condizioni più naturali, si nutre in maniera TOTALMENTE MONOTROFICA (SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con latte materno) il primo anno, e ADDIRITTURA anche fino ad oltre 6 (sei) ANNI; è ormai ARCINOTO SCIENTIFICAMENTE in tutto il mondo proprio nel campo anche medico della PEDIATRIA, che più è lungo questo periodo di ASSOLUTO MONOTROFISMO (nutrizione TOTALE col latte ESCLUSIVAMENTE MATERNO), e più lo sviluppo presente e futuro del bambino sarà PERFETTAMENTE SALUTARE, rinforzando ed equilibrando totalmente tutti i suoi tessuti ed organi, compreso il fondamentale sistema immunitario; Inoltre, è proprio questa condizione (anche iniziale) TOTALMENTE MONOTROFICA ad essere ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE esattamente per la sua SALUTE persino per tutto il resto della sua vita in fase adulta.

Ovviamente, pure a più ampio raggio, ad esempio, con assolutamente TUTTI gli altri MAMMIFERI, AVVIENE LO STESSO IDENTICO MONOTROFISMO (anche iniziale); ma ciò avviene anche a livello di TUTTE le altre specie ANIMALI, come, ad esempio, l'ape che si nutre in ASSOLUTO MONOTROFISMO (di sviluppo ed adulto), cioè, in fase di sviluppo si nutre ESCLUSIVAMENTE di miele (cioè "latte" di ape) per il primo quarto della sua vita, e, in fase adulta, sempre in equilibrio ecosistemico, si nutre ESCLUSIVAMENTE di nettare per TUTTO il resto della sua vita;

TUTTE le specie viventi VEGETALI, che si nutrono, in fase embrionale, con il PERFETTO MONOTROFISMO della famosa UNICA composizione chimica specie-specifica contenuta, ad esempio, come sostanza aggiuntiva negli stessi semi, proprio a fianco dell'embrione, a costituire il suo vero e proprio "latte" vegetale prodotto esattamente dalla pianta madre, e nella restante fase di sviluppo fino alla totale fase adulta, si nutrono con il PERFETTO MONOTROFISMO DELLA STESSA IDENTICA composizione chimica, DELLO STESSO IDENTICO TERRENO, PER ASSOLUTAMENTE TUTTA LA LORO ESISTENZA, manifestando nei medesimi alberi proprio la MASSIMA ROBUSTEZZA, LA MASSIMA SALUTE, E LA MASSIMA LONGEVITA' tra tutti gli esseri viventi dell'intero pianeta.

Dunque, già dopo una primissima analisi della TROFOLOGIA NATURALE COMPARATA si comprende immediatamente che, in QUALSIASI essere vivente, ANIMALE o VEGETALE, il MONOTROFISMO (in entrambe le fasi, sia nella fase di sviluppo che, a maggior ragione, nella fase ADULTA, la quale, terminato il dispendiosissimo accrescimento corporeo, necessita di ENORMEMENTE MENO nutrienti) è la REGOLA fondamentale della NATURA, e che è TOTALMENTE SINONIMO di SALUTE PERFETTA.
Tra l'altro, infatti, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, anche riguardo alla SPECIE UMANA, SOLO le tremende glaciazioni, DISTRUGGENDO completamente il nostro ecosistema specie-specifico, riuscirono a farci PROVVISORIAMENTE uscire dal nostro PERFETTO MONOTROFISMO, portato avanti per addirittura oltre 5,2 MILIONI di ANNI, con SALUTE PERFETTA e LONGEVITA' ASSOLUTA; inoltre, proprio lasciando il monotrofismo, è già arcinoto scientificamente nel campo proprio della stessa paleoantopologia a livello mondiale, sia la salute che la vita media della specie umana CROLLARONO, con innesco immediato di TUTTE le patologie e con la vita media caduta DISASTROSAMENTE persino a meno di 18 anni; poi, nel corso dei millenni, ma specialmente negli ultimi decenni, con l'aumento percentuale della FRUTTA e MELE, consigliato ormai sempre di più da TUTTI i medici dell'intero pianeta, la vita media si sta progressivamente riassestando verso la nostra naturale LONGEVITA' ASSOLUTA, come vedremo meglio nel capitolo relativo alla gerontologia moderna.

D'altronde il MONOTROFISMO SEMPRE PIU' PERFETTO come abbiamo numerosissime volte già visto, è anche sinonimo di EVOLUZIONE MASSIMA anche in quanto più si procede verso i primati più biochimicamente EVOLUTI, seguendo sempre il principio della MINIMA ENERGIA (che, come sappiamo, è la direzione stessa dell'EVOLUZIONE) più si rileva, in condizioni ecosistemiche NATURALI predette,come abbiamo visto, il MONOTROFISMO PIU' ACCENTUATO, ma addirittura effettuato con frutti SEMPRE MENO CONCENTRATI (soprattutto a livello proteico), come ad indicare perfettamente la massima evoluzione del MONOTROFISMO MALIVORO della specie umana, la quale, come abbiamo visto, ancora oggi, presenta la SALUTE ASSOLUTAMENTE PERFETTA SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con quella alimentazione MONOTROFICA.

Ora, studi più approfonditi anche di TROFOLOGIA COMPARATA hanno pure evidenziato che il fenomeno MONOTROFICO naturale (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA) relativo al LATTE (e i suoi analoghi sia negli animali non mammiferi, che nei vegetali)DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE l'ASSOLUTA MONOTROFICITA' ANATOMO-FISIOLOGICA di OGNI specie vivente (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA), ma addirittura l'ASSOLUTA MONOTROFICITA' ANATOMO-FISIOLOGICA di ogni specie vivente (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA) per TUTTO il suo CICLO VITALE, DALLA NASCITA IN POI.

Per questa DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA occorre analizzare qualche parametro trofico in più, ad esempio:

1) Il MONOTROFISMO STRUTTURALE ANATOMO-FISIOLOGICO DIMOSTRATO SCIENTIFICAMENTE dalla NATURA stessa con l'alimentazione lattea, come SEMPRE avviene in natura, proprio il MONOTROFISMO PIU'

ASSOLUTO; infatti l'alimentazione MONOTROFICA con cui la NATURA nutre il cucciolo (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA) presenta almeno le tre seguenti FONDAMENTALI caratteristiche naturali:

a) il cucciolo (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA) mica si nutre di "latte più qualche altra cosa", egli MAI FA la benchè minima eccezione: questo DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE che l'individuo nasce già con una STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA PERFETTAMENTE MONOTROFICA (SOPRATTUTTO la SPECIE UMANA);

b) il cucciolo mai si nutre di LATTE generico, ma LATTE SOLO ed ECLUSIVAMENTE della STESSA SPECIE ANIMALE a cui appartiene, quindi con una composizione chimica che è SEMPRE PERFETTAMENTE SPECIE-SPECIFICA, con l'ESCLUSIONE PIU' TOTALE di latte di altro tipo, anche solo minimamente diverso, e, ancora una volta, SENZA FARE ASSOLUTAMENTE MAI la benchè minima eccezione: questo DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE che l'individuo nasce già con una STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA ANCORA PIU' PERFETTAMENTE MONOTROFICA di quanto si poteva anche solo immaginare (SOPRATTUTTO il delicatissimo cucciolo della SPECIE UMANA, che, addirittura, quando, solo dopo almeno MOLTI mesi, si tenta di "nutrire" con un latte di altra specie, va assolutamente come minimo diluito e reso il più possibile simile a quello umano, e, nonostante ciò, i danni sono ormai stati rilevati ed arcinoti agli scienziati del settore);

c) il cucciolo (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA) mai si nutre di LATTE SPECIE-SPECIFICO generico, ma di LATTE SPECIE-SPECIFICO prodotto SOLO ed ECLUSIVAMENTE dallo STESSO PARTICOLARISSIMO organismo, cioè esattamente quello di SUA madre (è ormai arcinoto che ogni organismo produce sempre un latte leggermente diverso da individuo ad individuo, anche della stessa specie), quindi l'individuo (SOPRATTUTTO della SPECIE UMANA) SI NUTRE, già dal primo periodo della sua vita, SEMPRE con la STESSA IDENTICA COMPOSIZIONE CHIMICA, ADDIRITTURA DELLO STESSO CIBO PERFETTAMENTE SPECIE-SPECIFICO PRODOTTO DALLO STESSO ORGANISMO, ed ASSOLUTAMENTE MAI con un cibo anche solo minimamente diverso, senza, ancora una volta, la benchè minima eccezione: questo DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE che l'individuo nasce già con una STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA INFINITAMENTE PIU' PERFETTAMENTE MONOTROFICA di quanto si poteva anche solo lontanamente immaginare (SOPRATTUTTO la SPECIE UMANA);

2) Come, tra l'altro, abbiamo già parzialmente visto, questa ALIMENTAZIONE MONOTROFICA iniziale di ogni specie vivente, da animale a vegetale, DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE che OGNI specie vivente NASCE GIA' dotata di una struttura anatomo-fisiologica perfetamente MONOTROFICA ma anche che, OGNI specie vivente deve usare questa struttura anatomo-fisiologica perfettamente MONOTROFICA PER TUTTO IL RESTO DELLA SUA VITA INDICANDO anche, proprio con la PRECISIONE PIU' ASSOLUTA, esattamente l'UNICO cibo (successivo al latte) specie-specifico (cioè adatto) per quella particolarissima struttura anatomo-fisiologica perfettamente MONOTROFICA della sua specie.

Infatti, approfondendo ancora di più anche lo studio della TROFOLOGIA COMPARATA,si scopre molto semplicemente, ad esempio, che:

a) il LATTE dei CARNIVORI ha una percentuale proteica MASSIMA, con media mondiale di circa 9,7%, CHE INDICA proprio la loro ALIMENTAZIONE MONOTROFICA SUCCESSIVA (al latte materno), cioè la CARNE (un tipo per specie animale) [infatti la CARNE ha una percentuale proteica MASSIMA (si ricorda che il carnivoro, in natura, si nutre di TUTTO il cadavere della preda, comprese TUTTE le interiora, TUTTE le ENORMI masse proto-fecali dei LUNGHISSIMI intestini degli erbivori, le GRANDI masse di ossa, e TUTTI i loro analoghi, che ABBASSANO di MOLTO la media della percentuale proteica della cosiddetta "carne"), con media mondiale trofica di circa 5,6%, (ovviamente è sempre circa LA META' di quella del latte corrispondente, in quanto l'animale, terminato il VELOCISSIMO accrescimento corporeo iniziale, ha un fabbisogno proteico sempre progressivamente ENORMEMENTE INFERIORE man mano che diventa adulto)];

c) il LATTE degli ERBIVORI ha una percentuale proteica MEDIA, MOLTO INFERIORE rispetto a quella del latte dei carnivori, con media mondiale di circa 4,8%, CHE INDICA proprio la loro ALIMENTAZIONE MONOTROFICA SUCCESSIVA (al latte materno), cioè l'ERBA (un tipo per specie animale) [infatti l'ERBA ha una percentuale proteica MEDIA, MOLTO INFERIORE rispetto a quella della carne, con media mondiale trofica di circa 2,1% (ovviamente è sempre MENO DELLA META' di quella del latte corrispondente, in quanto l'animale, terminato il VELOCISSIMO accrescimento corporeo iniziale, ha un fabbisogno proteico sempre progressivamente ENORMEMENTE INFERIORE man mano che diventa adulto)];

d) il LATTE della SPECIE UMANA ha una percentuale proteica ENORMEMENTE INFERIORE rispetto a quella del latte carnivori ed erbivori, ma ADDIRITTURA la MINIMA percentuale proteica IN ASSOLUTO rispetto al latte di

TUTTI gli altri mammiferi (compresi TUTTI gli altri fruttivori stessi), con media mondiale di circa 0,8% CHE INDICA proprio la sua ALIMENTAZIONE MONOTROFICA SUCCESSIVA (al latte materno), cioè la MELA

[infatti è l'UNICO cibo e frutto al mondo che ha la percentuale proteica ENORMEMENTE INFERIORE rispetto a quella della carne e dell'erba, ed ADDIRITTURA la MINIMA percentuale proteica IN ASSOLUTO rispetto a TUTTI gli altri cibi post-lattazione dei mammiferi (compreso TUTTI gli altri frutti stessi), e, soprattutto, la MELA è l'UNICO cibo e frutto al mondo che ha una percentuale proteica COMPATIBILE con l'andamento del NATURALE TASSO DECREMENTALE PROTEICO "LATTE-CIBO SUCCESSIVO" rispetto a TUTTI gli altri mammiferi (dal circa 42% dei carnivori, a circa il 56% degli erbivori, ad oltre il 67% dei fruttivori, come dimostrano anche tutti i dati precedenti), con media mondiale trofica di circa 0,26% (esattamente tra medie di 0,35% e 0,17%) (ovviamente è sempre MENO DELLA META' di quella del latte corrispondente, in quanto l'uomo, terminato il VELOCISSIMO accrescimento corporeo iniziale, ha un fabbisogno proteico sempre progressivamente ENORMEMENTE INFERIOREman mano che diventa adulto)].

Ora, a rigore scientifico, sono proprio i NUMERI STESSI che DIMOSTRANO SCIENTIFICAMENTE che la SPECIE UMANA è perfettamente MONOTROFICA malivora, e, al tempo stesso, DIMOSTRANO SCIENTIFICAMENTE anche che nemmno PUO' ESSERE + pluritrofica fruttivora in quanto la frutta ha una percentuale proteica media mondiale trofica intorno all' 1,7% (ricordiamo che molti frutti, come ad esempio, l'avocado, la zucchina, ecc. hanno una percentuale proteica media mondiale superiore al 3%, con percentuali massime che superano addirittura il 4%), e questo valore E' ASSOLUTAMENTE INCOMPATIBILE con la naturale ENORME DECRESCITA della percentuale proteica (addirittura progressivamente MOLTO MENO DELLA META') del CIBO NATURALE SPECIE-SPECIFICO di TUTTI gli altri mammiferi rispetto al LATTE della propria specie, il quale ultimo, nella specie umana, ha una percentuale proteica dello 0,8%.

In altri termini, PROPRIO A RIGORE SCIENTIFICO, la percentuale proteica del CIBO POST-LATTAZIONE DEFINITIVO della SPECIE UMANA, secondo la NATURA STESSA, deve essere ASSOLUTAMENTE MENO DELLA META' (come abbiamo visto, esattamente OLTRE il 67% in meno) della percentuale proteica del LATTE UMANO, la quale ultima essendo di 0,8%, il semplice togliere ALMENO il 67% da questo 0,8% PORTA AUTOMATICAMENTE ad un VALORE MASSIMO di 0,26%, che è proprio la percentuale proteica media della MELA, ma ad escludere TOTALMENTE qualsiasi altro frutto o "cibo" al mondo, visto che hanno ASSOLUTAMENTE TUTTI percentuali proteiche da MOLTO SUPERIORI ad ENORMEMENTE SUPERIORI.

Ma tutto ciò era anche ADDIRITTURA BANALMENTE OVVIO, in quanto se utilizzando un alimento con la percentuale proteica di APPENA 0,8% l'individuo della SPECIE UMANA riesce a RADDOPPIARE e TRIPLICARE il PROPRIO PESO PERSINO IN POCHE SETTIMANE ed IN POCHI MESI, è LAMPANTE che che in fase adulta, dove il peso è COSTANTE, DEVE ASSOLUTAMENTE utilizzare un alimento con la percentuale proteica ENORMEMENTE INFERIORE a 0,8%, e, di conseguenza, nemmeno la frutta nel suo insieme può essere in quanto ha una percentuale proteica media ADDIRITTURA MAGGIORE DEL DOPPIO DI QUELLA,cioè 1,7% (si ricorda che le proteine costituiscono anche i "mattoni" stessi dell'organismo, e, dopo che si è finito di costruire il "palazzo", ovviamente se ne devono introdurre MOLTI MENO, altrimenti il "palazzo" stesso SI APPESANTISCE FINO A CROLLARE, UN PEZZO PER VOLTA).

(Tecnicamente va ricordato anche che oltre la funzione proteica plastica, addirittura SOPRATTUTTO la funzione PROTEICA ENZIMATICA è ENORMEMENTE più impegnata in fase di ACCRESCIMENTO CORPOREO rispetto alla fase adulta, determinando appunto un fabbisogno proteico anche ENZIMATICO ESTREMAMENTE superiore).

Ma la NATURA STESSA ci DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE in maniera ANCORA PIU' DETTAGLIATA che la SPECIE UMANA ha una struttura ANATOMO-FISIOLOGICA profondamente MONOTROFICA, proprio in TUTTE le fasi della vita: se si approfondisce ulteriolmente lo studio dell'alimentazione della SPECIE UMANA a partire proprio dalla nascita dell'individuo, si constata subito che la nostra specie ha una struttura anatomo-fisiologica MONOTROFICA persino molto più CONSOLIDATA di quello che abbiamo evidenziato sinora; infatti, sempre a rigore scientifico, la SPECIE UMANA conduce naturalmente addirittura TRE FASI ALIMENTARI assolutamente MONOTROFICHE, o, in altri termini, il MONOTROFISMO della SPECIE UMANA attraversa persino TRE FASI, che, come abbiamo anche visto, sono TUTTE E TRE DETTATE dalla NATURA STESSA:

1) MONOTROFISMO colostrico;

2) MONOTROFISMO latteo;

3) MONOTROFISMO malivoro.

1) Nella prima fase alimentare della vita di un individuo della SPECIE UMANA, ALMENO la prima settimana (circa tre giorni più una fase biochimicamente transitoria) la NATURA stessa ci alimenta, sempre in maniera assolutamente MONOTROFICA, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con UN UNICO alimento che ancora non è il latte materno: il COLOSTRO.

Il colostro è un alimento giallastro, viscoso ed opaco, sempre secreto dalle ghiandole mammarie, ma ha una composizione chimica piuttosto diversa dal latte materno, caratterizzata principalmente da una MOLTO MAGGIORE PERCENTUALE PROTEICA rispetto al latte materno stesso, proprio esattamente per il motivo che l'ACCRESCIMENTO corporeo iniziale (nel primissimo periodo subito dopo la nascita, anche considerando l'assestamento ponderale iniziale dovuto all'espulsione del meconio), E' ENORMEMENTE PIU' VELOCE di quello progressivamente successivo (la velocità di accrescimento corporeo, e quindi il FABBISOGNO PROTEICO è proprio nel suo MASSIMO ASSOLUTO dell'INTERA vita dell'individuo, e quindi la percentuale proteica dell'alimento è MASSIMA, cioè APPENA l'1,9%);   tuttavia, l'accrescimento corporeo ha una DIMINUZIONE TALMENTE VELOCE che già durante la fase di alimentazione MONOTROFICA colostrica, la quantità proteica passa mediamente da una percentuale di 1,9% del PRIMO GIORNO ad una percentuale di 1,5% del SETTIMO GIORNO.

Questa è già una prima DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA che la NATURA stessa ci detta, relativa proprio al DATO DI FATTO che man mano che l'individuo CRESCE, e che, di conseguenza, la velocità di accrescimento corporeo diminuisce, ovviamente DEVE ASSOLUTAMENTE DIMINUIRE anche la PERCENTUALE PROTEICA dell'alimento MONOTROFICO che l'individuo consuma; quindi, è ovvio che l'alimentazione MONOTROFICA successiva a quella del colostro, essendo la velocità di accresimento progressivamente minore, dovrà avere una PERCENTUALE PROTEICA ASSOLUTAMENTE MINORE.

2) Nella seconda fase alimentare della vita di un individuo della SPECIE UMANA, che in NATURA dura dalla seconda settimana fino ad ALMENO qualche ANNO, anche 6 ANNI, la NATURA stessa ci alimenta, sempre in maniera assolutamente MONOTROFICA, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con UN UNICO alimento: il LATTE MATERNO [infatti il 6° anno è proprio l'anno in cui mediamente comincia a comparire la DENTIZIONE permanente nella specie umana; come in tutti gli altri mammiferi, specialmente nei primati antropomorfi, la piccola e molto parziale dentizione di latte è oligocuspidale ed ha una funzione solo di POSSIBILE minima gradualizzazione trofica solida specie- specifica che, nella nostra specie, va mediamente dai 2 ai 6 anni; come sempre la NATURA è molto esplicita: la comparsa della VERA DENTIZIONE, permanente e totale, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE a partire dal 6° anno di età indica chiaramente che SOLO ALLORA l'individuo DEVE passare TOTALMENTE dal cibo monotrofico LIQUIDO (latte) al cibo monotrofico SOLIDO specie-specifico; solo specialmente negli ultimi decenni, lo stress micidiale di una società che usa forzatamente ritmi acceleratissimi rispetto a quelli armoniosi di una società naturale, ha portato le mamme della nostra specie ad allattare per un tempo meno lungo; tuttavia la pediatria moderna ha ormai verificato sperimentalmente che la DURATA NATURALE SPECIE-SPECIFICA predetta di allattamento MONOTROFICO specie-specifico NON PUO' ESSERE ASSOLUTAMENTE DIMINUITA per EVITARE DI alterare l'IPER-DELICATISSIMO equilibrio fisiologico di FORMAZIONE FINALE di ASSOLUTAMENTE TUTTI gli ORGANI ed APPARATI, compreso il sistema immunitario, il tutto completamente ESSENZIALE per la SAUTE, anche e SOPRATTUTTO per la corretta FUNZIONALITA' degli ORGANI nella TOTALE fase ADULTA].

Ora, come la NATURA stessa ha DIMOSTRATO SCIENTIFICAMENTE con una PRECISIONE talmente ASSOLUTA da essere ADDIRITTURA composta a livello NUMERICO, ogni fase alimentare SUCCESSIVA deve avere una alimentazione MONOTROFICA costituita da un alimento che contiene una percentuale proteica ASSOLUTAMENTE INFERIORE a quella dell'alimento precedente, proprio per la diminuzione continua dell' accrescimento corporeo: infatti, il LATTE MATERNO parte da una percentuale proteica subito INFERIORE, proprio circa 1,4% della SECONDA SETTIMANA, per ovviamente poi SCENDERE NATURALMENTE e PROGRESSIVAMENTE nei vari MESI SUCCESSIVI, dapprima fino alla percentuale proteica di circa lo 0,8% (cioè la quantità predetta, che, però, più precisamente, è solo la MEDIA PONDERO-TEMPORALE mondiale della percentuale proteica del latte materno umano durante TUTTO il periodo naturale di lattazione), e poi, man mano che la velocità di accrescimento corporeo DIMINUISCE ulteriolmente, la NATURA stessa fa ovviamente diminuire la percentuale proteica fino a circa lo 0,38% [media mondiale, dopo qualche anno dalla nascita, durante i quali, in condizioni NATURALI antropiche (compresa completa detox), CONTINUA la lattazione MONOTROFICA].

Questa diminuzione del valore medio mondiale della percentuale proteica del latte umano pluriennale fino a circa lo 0,38%, tra l'altro, COINCIDE PERFETTAMENTE con la diminuzione media della percentuale proteica NEL LATTE DI TUTTI GLI ALTRI MAMMIFERI (compresi i bovini, ecc.), nei quali, a partire dal loro ultimo colostro, la percentuale proteica scende mediamente proprio di OLTRE QUATTRO VOLTE.

Questi NUMERI, sono un precisissimo MESSAGGIO da parte della NATURA stessa, che ci URLA che MAN MANO CHE PASSA IL TEMPO nella vita di un individuo della SPECIE UMANA (come in TUTTE le altre specie

ANIMALI e persino VEGETALI) E' DEL TUTTO INDISPENSABILE ABBASSARE LA PERCENTUALE PROTEICA DI CIO' CHE INTRODUCIAMO NELLA NOSTRA BOCCA.

3) Per la terza fase alimentare della nostra vita, quella dallo svezzamento fino alla fase adulta definitiva, come sempre, è la NATURA stessa a dettarci dettagliatamente, addirittura in maniera molto semplice, la DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA che SOPRATTUTTO la terza fase alimentare nella vita di un individuo della specie umana, ha due caratteristiche FONDAMENTALI:

a) l'alimentazione successiva alle due fasi MONOTROFICHE iniziali può essere SOLO ed ESCLUSIVAMENTE un'altra alimentazione ASSOLUTAMENTE MONOTROFICA;

b) che questa seconda e definitiva alimentazione MONOTROFICA può essere costituita SOLO ed ESCLUSIVAMENTE da un solo alimento: la MELA.

Infatti, ancora una volta è la NATURA stessa, tramite proprio anche sia la prima alimentazione MONOTROFICA colostrica, e sia la seconda alimentazione MONOTROFICA lattea, ad indicarci con sorprendente PRECISIONE ASSOLUTA esattamente che: le ENORMI e CONTINUE diminuzioni quantitative della percentuale proteica sia del COLOSTRO della specie umana, sia del LATTE della specie umana, dimostrano chiarissimamente che MAN MANO CHE SI AVANZA CON L'ETA, in maniera conforme alla DIMINUZIONE CONTINUA della velocità di ACCRESCIMENTO CORPOREO, e DI CONSEGUENZA fino al termine dello sviluppo (nella nostra specie in NATURA termina OLTRE i 25 ANNI di età) e, a MAGGIOR RAGIONE, OLTRE (accrescimento corporeo terminato e quindi fabbisogno proteico ENORMEMENTE MINORE), sempre come avviene anche in TUTTE le altre specie viventi, SIA ANIMALI che VEGETALI (come abbiamo visto), SOPRATTUTTO la specie umana DEVE ASSOLUTAMENTE parallelamente DIMINUIRE LA PERCENTUALE PROTEICA contenuta nell'alimento che l'individuo consuma.

Inoltre, sempre SOPRATTUTTO nella SPECIE UMANA, un esame più analitico dell'andamento delle percentuali proteiche che la NATURA stessa inserisce nell'ALIMENTO relativo sia alla prima fase MONOTROFICA, che alla seconda fase MONOTROFICA, arriva ad INDICARCI con una predetta sorprendente PRECISIONE ASSOLUTA proprio sia che l'alimento successivo al latte materno è UNO SOLO, e sia che è proprio esattamente la MELA.

Infatti, come abbiamo visto, nella prima alimentazione MONOTROFICA della specie umana, l'ALIMENTO naturale (colostro) passa gradualmente da una percentuale proteica di 1,9% a 1,5%, nella seconda alimentazione MONOTROFICA della specie umana, l'ALIMENTO naturale (latte materno) passa gradualmente da una percentuale

proteica di 1,4%
poi 0,8%,
fino 0,38%.

Quindi è la NATURA stessa che ADDIRITTURA ci URLA che l'ALIMENTO successivo al latte materno DEVE contenere una percentuale proteica ASSOLUTAMENTE INFERIORE allo 0,38%; ora, NESSUN "alimento" o frutto al mondo contiene una percentuale proteica inferiore allo 0,38%, eccetto UNO SOLO: la MELA [ha una percentuale proteica media mondiale che va dallo 0,35% fino allo 0,17% (tutti gli altri "alimenti" o frutti esistenti sull'INTERO pianeta hanno percentuali medie mondiali che partono dallo 0,43% in su, oltre ad essere biochimicamente e quindi SALUTISTICAMENTE INCOMPATIBILI con la specie umana)].

Ecco quindi che, la NATURA STESSA, addirittura con una sola semplicissima SEQUENZA NUMERICA, ci ha, per l'ennesima volta, DIMOSTRATO SCIENTIFICAMENTE, indicandolo con una PRECISIONE COSI' ASSOLUTA da apparire quasi imbarazzante, che l'ALIMENTO successivo al latte materno può essere UNO ed UNO SOLO, quindi alimentazione MONOTROFICA, e, allo stesso tempo, che questo alimento può essere SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la MELA: dunque, la NATURA stessa, per l'ENNESIMA volta, e questa volta addirittura TRAMITE UNA SOLA SEQUENZA NUMERICA, DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE IL MONOTROFISMO MALIVORO della SPECIE UMANA.

Ma la stessa DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA del MONOTROFISMO MALIVORO della SPECIE UMANA tramite il LATTE materno UMANO, si ottiene anche A PRESCINDERE dall’ultima percentuale proteica pluriennale acquisita dal latte umano (dello 0,38), cioè si ottiene anche considerando SOLO ed ESCLUSIVAMENTE lo stadio di percentuale proteica dello 0,8% del latte umano: infatti lo 0,8% è la percentuale proteica raggiunta dal latte umano ad APPENA DUE MESI dalla nascita, cioè esattamente durante la fase ADDIRITTURA di RADDOPPIO del PESO CORPOREO nei SOLI primi 3,5 MESI dalla nascita, cioè proprio la MASSIMA VELOCITA’ di AUMENTO di PESO CORPOREO naturale DI TUTTO IL RESTO DELLO SVILUPPO, ma a maggior ragione DI TUTTO IL RESTO DELLA VITA.

Infatti, la fase di sviluppo relativa alla percentuale proteica lattea dello 0,8% corrisponde ad una VELOCITA’ di ACCRESCIMENTO TALMENTE ENORME da determinare un FABBISOGNO PROTEICO PRO-CHILO PRO-DIE (cioè per chilo corporeo al giorno) OLTRE 4 VOLTE SUPERIORE rispetto a quello di UN SOLO ANNO SUCCESSIVO e PERSINO OLTRE BEN 12 VOLTE SUPERIORE a quest’ultimo rispetto alla FASE ADULTA, dove il PESO CORPOREO naturale E’

ASSOLUTAMENTE COSTANTE ma ADDIRITTURA la VELOCITA' METABOLICA BASALE è ENORMEMENTE INFERIORE ed inoltre COSTANTEMENTE DECRESCENTE NEGLI ANNI.

Ora, utilizzando questi dati scientifici, la variazione media di peso corporeo nel tempo e la corrispondente quantità media naturale di cibo, si ottiene immediatamente che la percentuale proteica NATURALE del cibo SPECIE-SPECIFICO per la specie umana è circa di 0,5% ad 1,2 anni di età, e MASSIMO di 0,2% dallo SVEZZAMENTO (dal terzo anno) fino alla FASE ADULTA: anche in questo caso i numeri NATURALI stessi indicano precisamente SOLO ed ESCLUSIVAMENTE UN UNICO possibile CIBO SPECIE-SPECIFICO per la SPECIE UMANA: la MELA (media proteica di 0,26%).

Ancora una volta la NATURA STESSA ci DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE il MONOTROFISMO MALIVORO della SPECIE UMANA.

Inoltre, anche se si effettua una valutazione trofica PROTEICA PRO-CHILO PRO DIE a cominciare dalla nascita fino alla fase adulta, si nota chiarissimamente che, SOPRATTUTTO nella SPECIE UMANA, pure l'introito PROTEICO PRO-CHILO PRO-DIE DECRESCE VELOCISSIMAMENTE dal primo periodo di vita in poi, ed infatti, in natura, questa ENORME e RAPIDISSIMA DECRESCITA di introito proteico pro-chilo pro-die, avviene comunque proprio per assolutamente TUTTE le specie animali e vegetali IN MANIERA DEL TUTTO CONTINUATIVA, GIORNO PER GIORNO, MESE PER MESE, ANNO PER ANNO, FINO ADDIRITTURA AD OLTRE IL TERMINE DELLO SVILUPPO STESSO.

Più precisamente, nella SPECIE UMANA in condizioni NATURALI di pre-svezzamento (cioè principalmente: lattazione monotrofica specie-specifica e, quindi, totale assenza del predetto gigantesco FABBISOGNO PROTEICO INDOTTO soprattutto dalla fortissima acidosi determinata dai cosiddetti "cibi" aspecifici troppo spesso ancora somministrati al bambino in questa società), mediamente l'INTROITO PROTEICO passa

da 1,4grammi pro-chilo pro-die del PRIMO MESE di vita,
a 0,8grammi pro-chilo pro-die del SESTO MESE,
a 0,54grammi pro-chilo pro-die al compimento del PRIMO ANNO,

(da notare che questa DINAMICA QUANTITATIVA PROTEICA è decisa TOTALMENTE dalla NATURA stessa, durante la medesima lattazione monotrofica specie-specifica), fino a SCENDERE PROGRESSIVAMENTE, per TUTTI i successivi ANNI dello sviluppo completo, fino alla prima QUANTITA' PROTEICA PERFETTA (sempre con alimentazione SPECIE-SPECIFICA e quindi anche in totale assenza di fabbisogno proteico INDOTTO) di MASSIMO 0,1grammi pro-chilo pro-die della TOTALE FASE ADULTA [ricordiamo che nella PERFETTA e MASSIMAMENTE EFFICIENTE FISIOLOGIA MALIVORA: è del tutto AZZERATO il famoso devastante ed ENORME fabbisogno proteico INDOTTO, che, totalmente al contrario, si aggiunge patologicamente in TUTTI gli altri modelli alimentari all'ASSOLUTAMENTE MINIMO fabbisogno proteico NATURALE della SPECIE UMANA, come abbiamo visto nei paragrafi precedenti;

1) il GRADO di ASSORBIMENTO ed il GRADO di ASSIMILAZIONE delle proteine (che sono INVERSAMENTE proporzionali anche alla quantità trofica iniziale) della MELA nella specie umana è ADDIRITTURA del 100%, molto diversamente dalla restante frutta che ha una media di solo il 67%, ed in maniera DEL TUTTO OPPOSTA sia ai "semi" e "verdure" che ai prodotti di origine animale che presentano una media tra entrambi persino quasi nulla, MENO del 14%, dopo che la QUASI TOTALITA' delle loro proteine, non avendo una finalità biologica di tipo trofico specialmente per la nostra specie, vengono COMPLETAMENTE DISTRUTTE, e quindi DEFINITIVAMENTE PERDUTE, innescando regolarmente una profondissima DECOMPOSIZIONE ANAEROBICA PROTIDICA, nota anche come putrefazione, specialmente nel nostro intestino anatomo- fisiologicamente TIPICO degli animali FRUTTIVORI, che, dopo aver prodotto sostanze ESTREMAMENTE TOSSICHE come putrescina, cadaverina, ammoniaca, ecc., con l'effetto parallelo di tutti i loro devastanti danni, determina la PERDITA TOTALE, solo nel nostro lungo intestino (estremamente diverso anatomo-fisiologicamente diverso da quello di carnivori e granivori), già di OLTRE il 78% dell proteine INGERITE, fenomeno che produce anche una massa fecale notoriamente MOLTO PUZZOLENTE (putrefazione deriva da "puteo"= puzzare) tipica degli onnariani, leggermente meno dei vegetariani, un po' meno dei vegan e vagan-crudisti, mentre, PROPRIO DEL TUTTO AL CONTRARIO, questo effetto molecolare putrido-puzzolente delle feci (che accompagna SEMPRE la DISTRUZIONE proteica) è quasi nullo nei fruttariani e addiritura TOTALMENTE NULLO nei MELARIANI;

(anche per questi DEVASTANTI motivi chi deve preocupparsi della carenza proteica è PROPRIO ESATTAMENTE l'onnariano |o, al limite, il vegetariano, il vegan o il vegan-crudista| che, OLTRE alla predetta PERDITA QUASI TOTALE intestinale di TUTTE le proteine che INGERISCE |come abbiamo visto, BEN OLTRE l'86%|, appartenendo esse a cosiddetti "cibi" MOLECOLARMENTE DEL TUTTO INADATTI ALLA NOSTRA SPECIE A STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA TIPICA DEGLI ANIMALI FRUTTIVORI , crea una profondissima USURA PROTEICA in addirittura OGNI SINGOLO settore istologico del suo organismo, fino al singolo livello molecolare, ALZANDO il fabbisogno proteico stesso fino ai livelli COLOSSALI, soprattutto per la nostra specie, del predetto fabbisogno proteico INDOTTO);

2) anche il metabolismo basale perde COMPLETAMENTE la IPER-PATOLOGICA ENORME ACCELARAZIONE METABOLICA (quindi ENORME FABBISOGNO PROTEICO ENZIMATICO INDOTTO) tipica di TUTTI gli altri modelli alimentari (derivante principalmente da acidosi, ossidazione radicale, urgenza cellulare di disintossicazione aspecifica, ecc.) che addirittura ACCELERA ULTERIOLMENTE la già ALTISSIMA USURA PROTEICA durante il GIORNO, ma addirittura anche durante TUTTE le ore di sonno (si ricorda che soprattutto la delicatissima "macchina" umana, se alimentata con un carburante troppo "ricco", si comporta esattamente come una automobile che, ANCHE DOPO CHE E' STATA PARCHEGGIATA, rimane PER TUTTO IL TEMPO col motore ACCESO, MA ADDIRITTURA A TUTTO GAS, portando i livelli di USURA MECCANICA di TUTTO il motore TALMENTE ALTI da DISTRUGGERE, giorno dopo giorno, le SINGOLE parti ESSENZIALI della sua struttura |va anche precisato che, mentre il carburante in una automobile entra SOLO nei cilindri, nel nostro organismo, il carburante COSTRUISCE LETTERALMENTE anche l'intero motore, l'intera carrozzeria, l'albero di trasmissione, i semiassi, le ruote, il cruscotto, ecc., fino PERSINO lo stesso conducente, il cervello, portando, di conseguenza, nel caso della "macchina" umana, alla DISTRUZIONE GRADUALE di OGNI suo apparato, sistema, organo e tessuto|);

3) a rigore scientifico, occorre precisare che il quantitativo proteico in fase adulta di 0,1 grammi pro-kilo pro-die, relativo alla PERFETTA FISIOLOGIA MALIVORA nella nostra BIOCHIMICAMENTE EFFICIENTISSIMA specie, anche per TUTTI i motivi predetti, E' UN VALORE TROPPO ALTO che, infatti, si riferisce, unicamente come valore MASSIMO, alla fase transitoria predetta di MELARISMO SALUTARE 1, dopo la quale l'organismo umano perde progressivamente sempre di più anche il vero e proprio ATTRITO MOLECOLARE TOSSIEMICO ASPECIFICO, giungendo a FABBISOGNI (sia PROTEICI che nutrizionali generali) MOLTO INFERIORI, fino all'innesco, ormai studiato da molti anni anche dalla NASA, in collaborazione con sempre più numerosi GRANDI TEAM MEDICI SPECIALISTICI, come quello postdetto degli oltre 35 MEDICI specialisti in fisiologia in India, dell'ormai famosissimo FENOMENO NATURALE del RESPIRARISMO, già descritto anche da TUTTI i TELEGIORNALI DELL'INTERO PIANETA, che verrà analizzato nei prossimi paragrafi, in cui lo stesso

   FABBISOGNO PROTEICO ESOGENO diventa ASSOLUTAMENTE ZERO

   [Tra l'altro, i rapporti medici PIU' APPROFONDITI degli organismi preposti delle Nazioni Unite (ONU) GIA' raccomandano, in fase ADULTA, di mai superare la soglia proteica di 0,4 grammi pro-chilo pro-die (quantità che si riferisce però al modello alimentare onnariano, dotato, come abbiamo visto, di un COLOSSALE fabbisogno proteico indotto)].

Anche un'altra cosa è ASSOLUTAMENTE CERTA: come dimostrano addirittura lampantemente anche i dati scientifici sopra elencati, IN NATURA, NESSUNA SPECIE ANIMALE UTILIZZA UN ALIMENTO CHE HA UNA PERCENTUALE PROTEICA SUPERIORE A QUELLA DEL LATTE DELLA SUA SPECIE.

Dunque, in conclusione, anche il LATTE di OGNI specie vivente (sia ANIMALE che VEGETALE, considerando, come abbiamo visto, "latte" anche dei non mammiferi l'alimentazione monotrofica INIZIALE) INDICA PERFETTAMENTE l'ALIMENTO MONOTROFIC SUCCESSIVO e DEFINITIVO della SPECIE VIVENTE stessa.

Nella SPECIE UMANA questa indicazione è E' ANCORA PIU' CHIARA ed UNIVOCA di tutte le altre specie viventi (anche in quanto SOTTO la sua soglia proteica lattea FINALE relativa esiste persino UN SOLO alimento, e soprattutto SALUBRO-COMPATIBILE con la biochimica umana), ma addirittura si riferisce proprio al QUANTITATIVO PROTEICO MINIMO ASSOLUTO esattamente tra TUTTE le specie viventi, come se la NATURA stessa CI TENESSE MOLTISSIMO a sottolineare più che mai il fatto che la SPECIE UMANA è proprio sia la specie più MONOTROFICA in assoluto, e sia la specie più BIOCHIMICAMENTE EVOLUTA, SALUTARE e LONGEVA IN ASSOLUTO, seguendo proprio nella maniera più PERFETTA tutti i parametri del principio BIOFISICO della MINIMA ENERGIA.

Concetto di NORMALITA' e del cosiddetto "estremismo"

La mucca che (nel suo ecosistema in equilibrio) si nutre solo del suo tipo di pianta erbacea specie-specifica (e addirittura solo di una sua parte) ovviamente NON E' "ESTREMISTA", si nutre semplicemente del cibo adatto alla sua specie; Nla scimmia antropomorfa che (nel suo ecosistema in equilibrio) si nutre solo del suo tipo di frutto specie specifico (e addirittura solo di pochissimi alberi) ovviamente NON E' "ESTREMISTA", si nutre semplicemente del cibo adatto alla sua specie; stessa cosa vale per assolutamente tutte le altre specie animali e vegetali, compresa e, come abbiamo visto, soprattutto la SPECIE UMANA.

L'estremismo, proprio per definizione, è esattamente un comportamento che si trova all'ESTREMO opposto di quello previsto dalla NATURA: di conseguenza, ad esempio, relativamente soprattutto alla specie umana, l'onnarismo è il comportamento più estremista in assoluto, proprio perchè si trova all'ESTREMO opposto di quello naturale; il vegetarismo,

il veganismo, il vegan-crudismo, ed analoghi, sono comportamenti solo leggermente meno estremisti, sempre in quanto, come abbiamo visto, usano ancora come cosiddetti "cibi" delle componenti ecosistemiche con finalità biologica del tutto all'ESTREMO opposto di quello alimentare per la nostra specie, a cominciare dai cosiddetti "semi" e "verdure";

il fruttarismo ancora è un modello alimentare poco adatto alla nostra specie, tuttavia è il comportamento meno estremista in assoluto, in quanto è il più vicino a quello naturale per la nostra specie;

Infine, il MELARISMO (MALIVORISMO specie-specifico) è semplicemente il MODELLO ALIMENTARE SPECIE-SPECIFICO della specie umana, di conseguenza è, proprio per DEFINIZIONE STESSA, l'UNICO modello alimentare esistente al mondo assolutamente non e' "estremista" ma addirittura, esattamente DEL TUTTO al CONTRARIO, BANALISSIMAMANTE NORMALE, semplicemente perchè del tutto NATURALE [ricordiamo che il termine "normale" deriva da "norma" che significa esattamente "regola" che, nel campo nutrizionale, è proprio la REGOLA FISIOLOGICA SALUTARE e, quindi, solo ed esclusivamente NATURALE; dunque, proprio per definizione stessa, la normalita' NULLA HA a che vedere con la "maggioranza"; ad esempio, attualmente oltre il 94% delle mucche (che sono ERBIVORE) esistenti sull'intero pianeta viene nutrito a base di cereali e soia (cioè cibo per GRANIVORI, ecco perchè si ammalano), e, di conseguenza, pur essendo la ESTREMA MAGGIORANZA delle mucche del mondo, sono mucche del tutto ANORMALI (cioè contro la loro "NORMA" fisiologica SALUTARE) mentre, totalmente al contrario, le UNICHE mucche NORMALI sono il piccolissimo 6% che si nutre in maniera perfettamente NATURALE e quindi SALUTARE per la loro specie e cioè di SOLO ERBA FRESCA (e persino della varietà SPECIE-SPECIFICA); Ovviamente, le STESSE IDENTICHE definizioni valgono per QUALSIASI altra specie animale, compreso e SOPRATTUTTO la SPECIE UMANA].

Addirittura i MELARIANI di tutto il mondo, i famosi APPLETARIANS, LORO MALGRADO sono COSTRETTI a definirsi NUTRIZIONALMENTE SOLO ed ESCLUSIVAMENTE per far capire qual'è il CENTRO ESATTO della situazione catastrofica dell'intero pianeta (cioè proprio il sistema di produzione "alimentare" ASPECIFICO mondiale, come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica), in quanto, a rigore scientifico, la vera definizione PRECISA di MELARIANO è ovviamente unicamente UOMO NATURALE, e quindi UOMO NORMALE.

Finalmente, anche grazie alla SCIENZA MODERNA, ma soprattutto all'ISTINTO e CUORE più profondi, la SPECIE UMANA sta riraggiungendo velocissimamente la sua normale COSCIENZA di SPECIE, che è l'unico strumento con il quale, sia il singolo individuo che l'intero pianeta, possono riavanzare verso la SALUTE e la FELICITA' totali.

Altro "segreto" dell'alimentazione (che rende il melarismo al massimo livello di piacere anche nella pratica); le 2 leggi regolatrici fondamentali della scienza dell'alimentazione moderna:

LEGGE DELLA QUANTITA' "ALIMENTARE" e LEGGE DELLA VARIETA' "ALIMENTARE"

1) LEGGE DELLA QUANTITA' "ALIMENTARE": maggiore è la quantità di cibo assunto, maggiore sarà la fame al pasto succesivo; minore è la quantità di cibo assunto, minore sarà la fame al pasto successivo.

Semplificata: PIU' MANGI PIU' HAI FAME, MENO MANGI MENO HAI FAME.
Ciò avviene per diversi motivi principali:

- per un semplice effetto di "tossicodipendenza" da eccesso di quantità, con lo stesso meccanismo fisiologico spiegato meglio nella prossima legge (della varietà) riferito ovviamente all'eccesso di quantità stesso;

- per una semplice questione neurotrasmettitoriale cerebrale: la maggiore quantità (innaturale) di cibo crea una prevalenza catecolaminica (neurotrasmettitori determinanti la sensazione di fame innaturale), mentre la minore quantità di cibo crea una prevalenza indolaminica (neurotrasmettitori determinanti la sensazione di sazietà);

- PIU' DIMINUISCE LA QUANTITA' DI CIBO, E LA PERCENTUALE DI PRINCIPI NUTRITIVI CONTENUTA DALL'ALIMENTO ASSUNTO PIU' AUMENTA IL GRADO DI ASSOBIMENTO, E ADDIRITTURA DI ASSIMILAZIONE DI OGNI SINGOLO PRINCIPO NUTRITIVO.

  Quindi questo fenomeno avviene specialmente proprio con la mela, che ha la minore percentuale in assoluto di principi nutritivi, sono proprio quelli che, essendo i più adatti in assoluto alla nostra specie, e, dunque, alla nostra biochimica cellulare, NUTRONO LE NOSTRE CELLULE FINO AL LIVELLO PIU' PROFONDO, determinando, di conseguenza, L'ASSENZA MASSIMA ESATTAMENTE DELLA SENSAZIONE DI FAME;

- anche per, dopo una fase di eccesso di cibo, una questione biomeccanica di semplice allargamento parietale dello stomaco rispetto alle sue dimensoni naturali, che aumenta la sensazione di fame nel pasto successivo, mentre una quantità naturale (piccola) di cibo (in particolare se adatto alla specie umana) riporta lo stomaco proprio alle

sue dimensioni naturali (molto più piccole), cosa che diminuisce di moltissimo la sensazione di fame nel pasto successivo;

- ecc.

2) LEGGE DELLA VARIETA' "ALIMENTARE": maggiore è la varietà di "cibi" assunti maggiore sarà il desiderio di varietà nel pasto successivo, minore è la varietà di "cibi" assunti minore sarà il desiderio di varietà nel pasto successivo.

   Semplificata: PIU' VARI PIU' VUOI VARIETA', MENO VARI MENO VUOI VARIETA'.

   Anche ciò avviene per diversi motivi principali:

- per un semplice effetto di "tossicodipendenza" da varietà, il cui meccanismo fisiologico è il seguente: la varietà di "cibi" è del tutto innaturale (come spiegheremo meglio anche più avanti, tutte le specie animali sono monotrofiche, cioè in abbondanza del loro unico alimento specie-specifico, mai toccano altro), di conseguenza il mangiare vario è assolutamente tossico per qualsiasi organismo animale, specialmente per i primati ed in particolare proprio per la specie umana (la più inserita in assoluto nell'univoco ciclo H), quindi più si mangia vario più ci si intossica, e, come in tutte le intossicazioni, si determina una forte dipendenza (in questo caso proprio dalla varietà stessa); si crea, cioè, una semplice tossicodipendenza esattamente da varietà, quindi, è ovvio che più ci si "droga" di varietà e più sarà alta la crisi di astinenza nel pasto successivo, e, di conseguenza, più si cercherà la stessa identica "droga" della varietà;

- per gli altri motivi esattamente analoghi a quelli già sopra analizzati per l'eccesso di quantità;

- Ecc.

E' quindi ovvio che, come semplice diretta conseguenza delle 2 suddette leggi, con il MELARISMO (raggiunto con la sopra descritta gradualità), per prima cosa, MAI SI HA LA SENSAZIONE DI FAME, ma solo il piacevole desiderio per il consumo successivo di mele (a parte eventuali voglie innaturali indotte da questa società, evitabili solamente con la "naturalizzazione 3 M" che vedremo più avanti), e, come seconda cosa, MAI SI HA IL DESIDERIO DI VARIETA' (sempre a parte eventuali voglie innaturali indotte da questa società, evitabili sempre e solo con la naturalizzazione 3M) e addirittura si arriva gradualmente, col tempo, ad avere enorme fastidio di qualsiasi forma di varietà, persino al solo pensiero di quest'ultima, con infinito vantaggio per la nostra salute, allegria e felicità.

MELARIANI IN TUTTO IL MONDO: SALUTE PERFETTA, FISICO SCOLPITO E SEMPRE GIOVANE

I MELARIANI NEL MONDO SONO TANTISSIMI, E ASSOLUTAMENTE TUTTI CON SALUTE DEL TUTTO PERFETTA, ad esempio:

- Yana Louis, londinese (che ora vive in India) di 47 anni (nel 2009), ne dimostra assolutamente 20, che si alimenta di solo mele da oltre 21 anni (al 2009), HA UNA SALUTE ED UN FISICO PERFETTI, insegna e pratica danza per oltre 8 ore al giorno, e lavora in tutto 11 ore al giorno.

  Lei sostiene che solo grazie a quel frutto si sente perfettamente in salute, con un fisico "scolpito" ed in armonia con la natura; senza orari alimentari, mangia solo quando ha fame (solo molto raramente, quando in qualche lontana occasione fuori casa non trova le mele, può fare un eccezione con altra frutta, o, mancando anche questa, al limite con qualche noce, mai altro), (per saperne di più, su google cercare "appletarians");

- altro famoso esempio di melariano è il signor Petit, in Francia, citato anche in un libro di Alain Saury, che si alimenta di solo mele da oltre 20 anni (al 1991), e, come si legge testualmente, "HA UNA SALUTE DI FERRO" (fa una sola eccezione all'anno aggiungendo un po’ di uva nel periodo della stessa);

- altro famoso esempio di melariana è Gabriele (nome tedesco di donna), in Germania, che da oltre 4 anni (al 2009) si alimenta di solo mele (di 7 varietà diverse): ora, all'età di circa settant'anni, finalmente ha una SALUTA PERFETTA. Lei precisa anche che, nel passaggio da fruttariana a melariana, ha notato chiarissimamente un potentissimo salto gigantesco di qualità: L'ENERGIA FISICA E MENTALE SONO AUMENTATE ENORMEMENTE, LE SENSAZIONI DI BENESSERE SONO INFINITAMENTE PIU' ELEVATE, ed inoltre, mentre prima, da

fruttariana, le servivano almeno sei ore di sonno a notte, ora, da melariana, glie ne bastano assolutamente meno di quattro, svegliandosi addirittura con molte più energie di quando si svegliava dopo sei ore col fruttarismo;

- altri famosi esempi, intervistati anni fa anche da molte televisioni al mondo, sono moltissime persone, specialmente in India, che, perseguendo una determinata linea di pensiero, SI NUTRIVANO CON UNA SOLA MELA AL GIORNO, addirittura da moltissimi decenni, avendo una SALUTE ED ENERGIA TALMENTE PERFETTE da risultare assolutamente sbalorditive agli occhi degli stessi intervistatori;

- su internet si sono riscontrati numerosi discorsi scritti (in inglese) tra "vegetarians" e "appletarians" (melariani), anche risalenti al 2000: gli appletarians descrivevano con orgoglio il loro stile di vita, LA LORO SALUTE PERFETTA, ecc.;

- Nella storia ci sono molti riferimenti a melariani: ad esempio,

- sulla rivista "Les Hygiènistes" n.16, si descrive un uomo, incontrato intorno al 1966, dalle parti della Danimarca, che si nutriva di solo mele da più di dieci anni (esattamente 5 chili di mele al giorno, che corrispondono ad una ventina di mele al giorno), senza assolutamente nessuna eccezione (era disintossicato a tal punto che un giorno, provando a mangiare delle pere, gli causarono mal di pancia, e nemmeno le toccò mai più nemmeno quelle). Il suo mestiere era molto pesante, scavatore, e, nonostante questo, affermava testualmente che MAI ERA STANCO, nè, tanto meno, ASSOLUTAMENTE MAI MALATO.

- esiste un testo (risalente al 1911 circa) che descrive un melariano che si alimentava appunto di solo mele da oltre 12 anni (al 1906 circa), PERFETTAMENTE IN SALUTE, incontrato dallo scrittore in Europa;

- persino Alessandro Magno narra di un gruppo di monaci che si nutrivano di solo mele, trovati nelle sue esplorazioni Asia occidentale, vicino l'attuale Turchia, e, secondo la stessa fonte, AVEVANO PIU' DI TRECENTO ANNI, CON UNA SALUTE PERFETTA;

- ecc.

FISIOLOGIA PERFETTA;

dall'enormemente distruttivo e patologico metabolismo del glucosio si innesca finalmente l'unico metabolismo adatto alla specie umana:

IL PERFETTO METABOLISMO DEL FRUTTOSIO

Come abbiamo già visto, L'UNICO CARBOIDRATO SPECIE-SPECIFICO ALLA SPECIE UMANA E' IL FRUTTOSIO(cenni dell'infinita superiorità del fruttosio rispetto persino al glucosio sono stati elencati in precedenza). IL FRUTTOSIO E', QUINDI, L'UNICO CARBURANTE NATURALE PER LA SPECIE UMANA.

- i prodotti animali e sottoprodotti animali sono senza fruttosio (tracce trascurabili solo nel miele, intrise però dell'iper-tossico acido formico);

- i prodotti vegetali diversi da frutta (verdure e semi) sono senza fruttosio (poche eccezioni con tracce trascurabili, intrise però delle iper-tossiche sostanze secondarie killer);

- tutta la frutta diversa da mela (come carboidrato) contiene una netta prevalenza di glucosio ed una netta minoranza di fruttosio;

- LA MELA E' L'UNICO FRUTTO E "CIBO" AL MONDO CHE CONTIENE (come carboidrato), del tutto al contrario, una NETTA PREVALENZA di FRUTTOSIO, e, nella mela rossa stark, QUASI SOLO FRUTTOSIO (ADDIRITTURA OLTRE IL 92%).

BASTEREBBE, per l'ennesima volta, SOLO QUESTO PER DIMOSTRARE CHE LA SPECIE UMANA E' MALIVORA. Si ricorda che OGNUNA dei miliardi di CELLULE dell'organismo, soprattutto della SPECIE UMANA, come carboidrato (trofico) e senza provovare danni, POSSONO BRUCIARE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTOSIO, ed anche nel

caso si introduca glucosio nella nostra cellula umana, esso, proprio per poter essere bruciato (cioè per innescare il ciclo di krebs tramite il piruvato) deve essere faticosamente CONVERTITO PRIMA IN FRUTTOSIO con un enorme spreco di energia ed altre conseguenze negative predette, a cui va aggiunto specialmente un ENORME affaticamento e danneggiamento del CUORE stesso che ha una capacità FORTEMENTE inferiore di compiere proprio la PRIMA parte della glicolisi relativa alla trasformazione OBBLIGATA del glucosio in fruttosio (solo circa 60 milioni di anni fa, le piante, tramite la comparsa della frutta polposa dolce, sono riuscite a fornire direttamente una parte significativa, anche se ancora minoritaria, di fruttosio rispetto al glucosio, ma solo circa 7 milioni di anni fa con la comparsa del frutto della MELA la natura ha fornito per la PRIMA volta nella storia dell'intera evoluzione biologica, una quantità di fruttosio NETTAMENTE PREVALENTE rispetto al glucosio, abolendo in un sol colpo, per il semplice effetto filogenetico del principio della minima energia, tutte le micidiali conseguenze fisiologiche negative elencate in precedenza del metabolismo del glucosio, agevolando enormemente la co-evoluzione sinergica proprio con la SPECIE UMANA, che infatti compariva ed acquisiva anche la postura eretta proprio nello stesso periodo e nella stessa area mondiale, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna).

Tutti i modelli "alimentari" innaturali per la nostra specie, dall'onnarismo, al vegetarismo, al veganismo, al vegan-crudismo, al fruttarismo, determinano nel nostro organismo l'utilizzo quasi esclusivo del massacrante metabolismo del glucosio; dal predetto fruttarismo sostenibile si comincia gradualmente ad innescare più profondamente il metabolismo del fruttosio, ma rimane sempre una predominanza molto negativa del metabolismo del glucosio; solo dal predetto fruttarismo sostenibile 3, fino al melarismo, si innesca finalmente il potentissimo e perfetto METABOLISMO DEL FRUTTOSIO.

Scientificamente, si ha la stessa variazione chimica in aumento di potenza metabolica (quindi fisica ed intellettiva) che si ha quando si passa da una macchina a benzina ad una macchina ad idrogeno (in quel caso, essendo l'idrogeno il propellente dei missili, aumenta la potenza circa del 12%), ma addirittura moltiplicando persino per oltre 4 volte questo aumento (infatti l'aumento in energia prodotta a parità di peso molecolare, passando dal metabolismo del glucosio al metabolismo del fruttosio, è persino sempre di oltre il 50%, senza nemmeno considerare il gigantesco risparmio predetto di energia metabolica generale dovuti alla molto maggiore efficienza della struttura molecolare del fruttosio nel nostro organismo e alla nessuna necessità della ulteriore enorme energia di disintossicazione aspecifica).

La potenza, l'efficacia, l'efficienza, e soprattutto la perfetta compatibilità biochimico-fisiologica del metabolismo del fruttosio con l'organismo umano,è talmente superiore a quella del metabolismo del glucosio, che si parla appunto sempre di MASSIMA POTENZA SALUTISTICA e MASSIMA POTENZA TERAPEUTICA della MELA per la specie umana.

Una volta così gradualmente innescato il metabolismo del fruttosio, la sensazione di salute, di potenza salutistica stessa, e di pulizia interna, fisica e mentale, saranno indescrivibilmente superiori a qualsiasi sensazione di benessere mai provato in tutta la vita. L'ENERGIA FISICA E MENTALE SARA' MASSIMA.

Addirittura, mediamente, si passa dalla necessità di 8 ore di sonno a notte A MENO DI 5 ORE, svegliandosi persino moltissimo più riposati ed estremamente più carichi di energia di quando dormivamo 8 ore (anche rispetto al fruttarismo); DA NOTARE CHE SI ACQUISTANO ANCHE OLTRE BEN 21 ORE DI VITA IN PIU' A SETTIMANA.

Una delle tantissime caratteristiche piacevolissime del metabolismo del fruttosio, completamente operativo nel nostro organismo, consiste nel fatto che la cellula umana si sente talmente PERFETTAMENTE NUTRITA E PERFETTAMENTE IDRADATA dalla biochimica e fisiologia della mela (rossa), che non manda più il segnale della richiesta di nutrizione o idratazione al cervello per tutta la giornata (compresa la notte), LIBERANDOCI, quindi, DALLA PERIODICA FASTIDIOSA SENSAZIONE DI FAME che abbiamo durante tutto l'arco della giornata (compresa eventualmente la notte),

MA ADDIRITTURA, LIBERANDOCI DALLA ANCORA PIU' FREQUENTE SENSAZIONE DI SETE, sempre per tutto l'arco della giornata (sempre compresa la notte), (ricordiamoci sempre che i melariani, infatti, come vedremo meglio più avanti, non bevono assolutamente mai).

Proprio questo stupendo dato di fatto ci consente di poterci nutrire pochissimo pur lasciando, vista l'usura molecolare quasi azzerata che azzera completamente qualsiasi fabbisogno nutrizionale indotto, il nostro peso assolutamente costante, ma (come vedremo meglio più avanti) persino con massa muscolare sempre più sorprendentemente scolpita e dura, anche con pochissimo esercizio fisico.

LA MELA HA LA INFINITAMENTE PIU' ALTA CAPACITA' DI DETERMINAZIONE DI ASSENZA TOTALE DI FAME E SETE (sazietà solida e liquida) ADDIRITTURA TRA ASSOLUTAMENTE TUTTI I FRUTTI E "CIBI" ESISTENTI AL MONDO, ma occorre sapere che ciò avviene solo ed esclusivamente dopo che si è innescato sufficientemente il metabolismo del fruttosio (cioè solo dal fruttarismo sostenibile in poi);

infatti, siccome quando siamo ancora intossicati aspecificamente è operativo in noi solo il dannosissimo metabolismo del glucosio, che, mai nutrendo a sufficienza le cellule, ci porta ad avere spesso fame e sete durante tutto l'arco della giornata (e spesso anche della notte), se (da appunto ancora intossicati) anche mangiando una mela, mai avvertiremo questa sensazione di sazietà totale (solida e liquida), o addirittura proveremo più fame (o sete) di prima, è solo ed esclusivamente proprio perchè la cellula è ancora letteralmente drogata di glucosio (metabolismo glucosico), oltre che intossicata

aspecificamente, e di conseguenza richiede ancora fortemente il glucosio(è infatti fame innaturale, ed esattamente una vera e propria crisi di astinenza da glucosio) e molto meno il fruttosio (che invece gli da la mela).

Quindi, se durante il predetto perfezionamento alimentare personale, dall'onnarismo, al veganismo, al fruttarismo "iniziale", la mela (anche rossa) dovesse dare ancora poca sazietà totale (solida e liquida),o, per alcuni, la mela dovesse addirittura aumentare la sensazione di fame o di sete (o, al limite, dare un qualsiasi altro tipo di problema), SIGNIFICA SEMPLICEMENTE CHE SI E' ANCORA MOLTO INTOSSICATI ASPECIFICAMENTE, e che dobbiamo procedere ancora molto in avanti col suddetto perfezionamento alimentare, fino a raggiungere gradualmente almeno il fruttarismo sostenibile,

INNESCANDO COSI' LENTAMENTE E FINALMENTE IL FANTASTICO METABOLISMO DEL FRUTTOSIO,

l'unico che consentirà alla mela (rossa) di toglierci totalmente la fame e la sete per il resto dell'intera giornata (al massimo si potrà provare, almeno molte ore più tardi, la piacevolissima voglia di altra mela); questo oltre a conferirci gradualmente il grado massimo di salute, longevità, allegria e, col tempo, felicità.

LA SPECIE UMANA E' nutrizionalmente (biochimicamente e fisiologicamente) SPECIE-SPECIFICA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ALLA MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA (STARK-DELICIOUS) Si è riscontrato scientificamente, in modo chiarissimo, che LA MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA (evitare quella denominata “red-delicious” che troppo spesso, per motivi di tipo di coltivazione o altro, è risultata biochimicamente decisamente diversa) per tutte le sue caratteristiche biochimico-fisiologiche (e per i parametri di tutte le altre scienze), E' PROPRIO L'UNICA VARIETA' DI MELA ADATTA (SPECIE-SPECIFICA) ALLA SPECIE UMANA.

Come vedremo meglio più avanti, sia il colore rosso, sia il nome della varietà "stark-deliziosa", sono parametri che indicano una BIOCHIMICA MOLTO DIVERSA da tutte le altre tipologire di mele esistenti. [La stark è una varietà NATURALE di mela (ovviamente NON una marca), come vedremo più avanti è anche la varietà più geneticamente ANTICA di mela al mondo, rinata SPONTANEAMENTE da una ricodificazione naturale del junk-DNA, e questo testo tende ad una nuova simbiosi naturale tra specie umana e melo stark, tramite una AUTO-PRODUZIONE personale (ecovillaggi) ed una AUTO-PRODUZIONE collettiva (società naturale), abbandonando gradualmente l'acquisto da produzione industriale o da qualsiasi punto vendita].

Specialmente il melariano (e fruttariano), per una salute ottimale, deve nutrirsi con almeno quasi solo mele rosse (il più possibile della varietà stark-deliziosa), ed usare solamente come eccezione mele gialle e tanto meno verdi.

Ovviamente, in commercio, bisogna trovare le mele rosse stark-deliziosa ottime al gusto, croccanti, mai farinose e con buccia fine, segno di ottima coltivazione e quindi anche di ottima qualità nutrizionale; si noterà subito che quando si trovano buone al gusto, assolutamente squisite, ma verrà del tutto spontaneo e automatico pensare che sono PROPRIO LA COSA PIU' BUONA E GUSTOSA IN ASSOLUTO CHE SI SIA MAI MANGIATA (proprio per questo sono le uniche ad essere state definite esattamente con la sensazione di gusto che determinano: "deliziosa").

Quelle perfette, ovviamente, sono precisamente quelle autocoltivate (autoprodotte) in un ecovillaggio (e società naturale), cioè in ecosistema antropico riattivato (il sistema più naturale, di molto superiore persino all'agricoltura biodinamica) che vedremo più avanti, nel capitolo relativo all'ecosistemica.

LE CONFERME SCIENTIFICHE, ANCHE BIOCHIMICHE E FISIOLOGICHE, CHE LA MELA ROSSA (IN PARTICOLARE QUELLA STARK-DELIZIOSA)

E', come predetto, L'UNICA SPECIE-SPECIFICA PER LA SPECIE UMANA, sono moltissime; ne vediamo alcuni esempi:

- lo stesso colore rosso della buccia della mela, è dovuto alla presenza nella struttura della buccia medesima di preziosissime molecole, anch'esse molto positive per la nostra fisiologia, dette antocianine, che, tra l'altro, sono dei potentissimi anti-ossidanti, e sono di grande supporto sia per la fisiologia generale di tutte le nostre cellule, sia per l'effetto auto-bloccante degli stessi processi d'invecchiamento (oltre che eventualmente riparativo relativo alla loro inversione);

- già il colore della buccia ci indica quindi, come vedremo meglio anche più avanti, chiarissimamente la sua biochimica e fisiologia fondamentali, e, infatti, il colore rosso, anche a livello sperimentale, è proprio quello che attrae letteralmente di più in assoluto l'occhio, la stessa retina, e tutto il sistema neuronale (compreso il cervello), della specie umana, ma addirittura, mentre la natura stessa fa di tutto per farci distinguere le mele rosse tra il verde delle foglie (il rosso, anche nella scienza dei colori, è la frequenza elettromagnetica più distinguibile in assoluto dal verde delle foglie proprio per la retina dell'occhio della specie umana), allo stesso tempo, la natura fa di tutto per letteralmente nascodere (più di ogni altra) le mele verdi al nostro occhio, conferendo loro un colore a maturazone (il verde, appunto), proprio esattamente per mimetizzarle (all'occhio della specie umana, ma non di altri animali) il più possibile tra il verde delle foglie medesime, mentre quelle gialle si mimetizzano parzialmente,

sempre all'occhio della specie umana, con i bagliori delle foglie stesse;

- a livello dell'indispensabile equilibrio acido-base del sangue, mentre la mela rossa (stark-deliziosa) mantiene perfettamente intatto il pH del sangue, proprio esattamente al suo naturale valore fisiologico di pH di 7,41 (leggermente alcalino), la mela gialla, e specialmente la mela verde, sono, anche se di pochissimo, leggermente acidificanti, proprio a livello ematico (ciò si può facilmente misurare anche sulla propria persona, usando lo stesso metodo descritto in precedenza);

- anche le analisi e gli esperimenti più moderni (come, ad esempio, quelli AL PIU' ALTO LIVELLO MONDIALE, sia pubblicati sul Journal of Agriculture and Food Chemestry, sia pubblicati dall'Agriculture and Agri-Food Canada, ecc.), inoltre, dimostrano chiarissimamente che tra tutte le varietà esistenti di mela, proprio LA MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA è esattamente quella CHE HA L'ATTIVITA' ANTIOSSIDANTE PIU' ALTA IN ASSOLUTO, ADDIRITTURA DOPPIA RISPETTO A MOLTE ALTRE VARIETA' DI MELA, cosa fondamentale, proprio sia per la salute in generale, che per la longevità con aspetto fisico giovane. Anche il leader del team di ricercatori di Agriculture and Agri-Food Canada ha concluso testualmente: "Scegliere un tipo di mela per il suo alto contenuto di polifenoli può rappresentare una scelta molto importante dal punto di vista della salute".

- addirittura, sempre con le ricerche AL PIU' ALTO LIVELLO MONDIALE, come quelle pubblicate, ad esempio, sugli Annals of Oncology, e anche dall'Agenzia per la Ricerca sul Cancro di Lione, ecc., ANCHE NELLA COMPARAZIONE CLINICA su una vastissima scala numerica di pazienti analizzati,
LA MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA E' RISULTATA CHIARISSIMAMENTE LA PIU' EFFICACE E VELOCE IN ASSOLUTO (tra le stesse altre varietà di mele, ma specialmente, come vedremo meglio più avanti, quando non sbucciata) ANCHE NELLA PREVENZIONE DEI TUMORI.

- Ecc.

Visto che comunque il numero di mele consumate al giorno mai è molto alto (ed è anche la situazione più naturale, che, come abbiamo già visto, è sempre quella minima) [anche per un fruttariano ne bastano due o tre al giorno, e per un melariano, mediamente anche in questa società, di mele fresche (cioè a parte inizialmente quelle essiccate, ecc.) intorno a cinque al giorno (ognuna sempre del peso naturale, corrispondente alla grandezza della propria mano semiaperta, mediamente da 2 a 3 etti l'una)], a maggior ragione, E' IMPORTANTE SCEGLIERE SEMPRE IL PIU' POSSIBILE LA VARIETA' PIU' ADATTA ALLA NOSTRA SPECIE: LA MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA.

Dettagli fondamentali di PALEOBOTANICA del taxon filogenetico MALUS: ORIGINE geografico-temporale del MELO. Relazione filogenetica con la sequenza genica della varietà STARK

Come abbiamo già spiegato nel capitolo relativo alla paleoantropologia, grazie anche alla scienza moderna della PALEOBOTANICA, ed INCROCIANDO i dati scientifici relativi principalmente con quelli della paleoantropologia stessa, paleoecologia, botanica moderna, paleogenetica, anatomia comparata, morfologia funzionale comparata fitozoologica, fisiologia comparata, biochimica nutrizionale comparata, patologia e terapeutica moderne, gerontologia moderna, ecc., oggi si conosce sia l'AREA GEOGRAFICA e sia l'EPOCA di ORIGINE della specie vegetale relativa al genere MALUS, il MELO: esattamente AFRICA CENTRALE (zona est, Rift Valley, circa 800 metri di altitudine), intorno a 7 MILIONI DI ANNI FA.

A DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA basilare di ciò, i REPERTI ARCHEOLOGICI PIU' ANTICHI IN ASSOLUTO AL MONDO relativi alla specie vegetale del MELO, sono stati rinvenuti in AFRICA (e nei pressi del confine africano) (esattamente EGITTO e Jericho), precisamente nell'area geografica mondiale nei pressi dell'INIZIO DELLA RIFT VALLEY (che si estende fino ad oltre il nord dell'Etiopia) PROPRIO nell'area di passaggio della specie umana che per effetto delle glaciazioni usciva dalla RIFT VALLEY, nella quale, come abbiamo visto, si è constatato si sono verificati I PROCESSI di OMINAZIONE in strettissima CO-EVOLUZIONE col genere più biochimicamente evoluto delle rosacee: appunto il MELO.

[Ad ennesima conferma ulteriore dell'origine AFRICANA del MELO, come già visto, anche le FONTI DOCUMENTALI STORICHE del MELO PIU' ANTICHE IN ASSOLUTO AL MONDO risalgono sempre esattamente all'AFRICA (Egitto), ai tempi del faraone Ramsete II].

In realtà, siccome I REPERTI ARCHEOLOGICI del MELO, risalenti ad OLTRE 5000 ANNI FA, sono stati trovati in punti diversi delle sponde del Nilo, con maggiore concentrazione nel suo delta (con datazione basata fondamentalmente sui sedimenti), ciò corrisponde PRECISAMENTE ad una DINAMICA di TRASPORTO durata ulteriori anche moltissime CENTINAIA di MIGLIAIA di ANNI (circostanza per la quale ci sono evidenze relative fino almeno a 1,7 milioni di anni fa in Africa centro-orientale e analogamente fino a 1,6 milioni di anni fa in Europa centrale) da parte del fiume degli stessi reperti a partire pure dalle sorgenti del Nilo medesimo che si trovano ESATTAMENTE PROPRIO all'INTERNO DELLA RIFT VALLEY (specialmente tramite il Nilo azzurro), ADDIRITTURA NEI PRESSI GEOGRAFICI DEL SITO PRINCIPALE

DEI RESTI FOSSILI DEI PRIMI UOMINI INTORNO AL LAGO TURKANA. Quindi, la PALEOBOTANICA più MODERNA, incrociata con TUTTE le altre scienze moderne predette, DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE con una precisione quasi imbarazzante la PERFETTA SIMBIOSI tra ORIGINE del MELO e ORIGINE della SPECIE UMANA.

Ora, stabilito con l'UNICO mezzo scientifico possibile, i REPERTI PIU' ANTICHI, l'AREA geografica di ORIGINE del melo (la PROVA SCIENTIFICA fondamentale è che PIU' si va indietro nel tempo e PIU' i REPERTI si avvicinano alla RIFT VALLEY, fino addirittura, tramite dinamica di trasporto, al suo INTERNO), l'ulteriore DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA che i processi di speciazione del MELO sono avvenuti diversi MILIONI di anni prima, circa tra 9 e 7 MILIONI DI ANNI FA, è costituita dalla comparazione di chiarissime tracce rilevabili nello stesso GENOMA del melo (con i dati relativi incrociati con quelli di TUTTE le suddette scienze) [si ricorda che la genetica, al limite, può determinare il PERIODO di origine della specie (e dei suoi antenati) ma MAI il luogo di origine (come predetto, il LUOGO di origine può essere determinato SOLO ed ESCLUSIVAMENTE dai REPERTI archeologici); purtroppo, alcune ricerche sono state effettuate UNICAMENTE su campioni ATTUALI (o recenti) di mela asiatici, e quindi, utilizzando SOLO metodi genetici o analoghi, trascurando COMPLETAMENTE i reperti archeologici, si è parlato ERRONEAMENTE di origine asiatica del melo; si precisa che quando si sente parlare di oltre 50 o 60 milioni di anni fa ci si riferisce SOLO agli antenati della specie del melo, e MAI alla specie del melo che, come suddetto, nasce intorno a 7 milioni di anni fa].

Ma la DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA CONCLUSIVA e DEFINITIVA anche di questa AREA GEOGRAFICA AFRICANA di ORIGINE del melo è costituita dal DATO BOTANICO DI FATTO che il MELO, ancora oggi, PROPRIO nella zona all'interno della RIFT VALLEY, esattamente intorno agli 800 metri di altitudine, ha una POTENZA SALUTISTICA e di LONGEVITA' (della pianta stessa) DEL TUTTO MASSIME rispetto a QUALSIASI altra zona geografica dell'intero pianeta;

addirittura in quella zona MAI perde il suo apparato polmonare (le foglie) DIMOSTRANDO SCIENTIFICAMENTE, ancora una volta, che è ESATTAMENTE L'ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO PER LA SUA SPECIE VEGETALE (si ricorda che, come ha verificato la botanica moderna, i cosiddetti "caducifogli" SONO INESISTENTI, DIMOSTRANDO, in caso di produzione anche ergeticamente dispendiosissima di acido abscissico, reazione biochimica ASSOLUTAMENTE DISPERATA e CRIO COSTRETTA che porta alla perdita TOTALE dell'apparato polmonare vegetale, le foglie, che l'ecosistema NON E' SPECIE-SPECIFICO per la specie vegetale stessa), e, al tempo stesso, è caratterizzato da una formidabile e squisita produzione di frutta,

PERSINO CON DUE PRODUZIONI ALL'ANNO, e ciascuna con MATURAZIONE TOTALMENTE SCALARE, cioè tale che IN OGNI GIORNO DELL'ANNO SONO PRESENTI FRUTTI MATURI SULL'ALBERO.

Dunque, il MELO è una pianta di predetta ORIGINE CENTRO-AFRICANA, con altitudine intorno agli 800 metri, con PROCESSI DI SPECIAZIONE iniziati intorno a 9 milioni di anni fa per effetto fondamentalmente dell'orogenesi graduale della Rift Valley, e terminati intorno ai 7 MILIONI DI ANNI FA, quando cioè il sollevamento orogenetico della Rift Valley stessa assestò l'area del melo intorno agli 800 metri di altitudine.

Molto tempo dopo, esattamente oltre 5,2 milioni di anni dopo, la prima violenta glaciazione di 1,8 milioni di anni fa portò la specie umana, in profondissima co-evoluzione col melo, ad uscire dalla zona della Rift Valley, soprattutto verso nord-est (l'orientazione naturale della Rift Valley, in direzione della ricerca di zone con altitudine minore che offrissero temperature più alte), passando molto gradualmente proprio per la zona predetta di uscita della Rift Valley stessa, anche attuale Egitto; Successivamente, nelle CENTINAIA DI MIGLIAIA DI ANNI SEGUENTI, la specie umana, in aumento di velocità riproduttiva rispetto a quella naturale iniziale per effetto dell'alimentazione provvisoria post-glaciale disperata, si è allargata anche geograficamente, con modalità tipica del nomadismo, fino a raggiungere QUASI TUTTE le altre aree geografiche dell'intero pianeta;

praticamente per prima fu raggiunta l'Europa centrale (infatti, i REPERTI ARCHEOLOGICI relativi alla specie del MELO, di mele stesse, successivi a quelli dell'Egitto, sono stati rinventuti esattamente in Svizzera e Austria, trovando anche RESTI ARCHEOLOGICI DI FRUTTO DI MELA pure accanto al focolare DOMESTICO di accampamenti umani); infine, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE riguardo epoche ANCORA ENORMEMENTE SUCCESIVE, i meli, sempre PORTATI DALLA SPECIE UMANA STESSA in migrazione, sono stati coltivati anche in Asia occidentale (medio-oriente), POI Asia centrale, e PER ULTIMO in Asia orientale, compresa la Cina, fino ad oltre lo stretto di Bering, che la specie umana attraversò portando POI il melo anche nelle due Americhe.

Quindi, quando si sente parlare, riferendosi al passato, di "melo e Asia", oppure di "melo e Cina", o altri posti diversi da Africa, si sta SEMPRE parlando UNICAMENTE di di epoche ENORMEMENTE più recenti rispetto a TUTTE quelle predette AFRICANE, DOPO ADDIRITTURA BEN 7 MILIONI DI ANNI rispetto all'epoca a cui risale la fine dei processi di speciazione del MELO, avvenuta, come abbiamo visto, in AFRICA CENTRO-ORIENTALE, ESATTAMENTE L'AREA di ORIGINE del MELO, comprovata ULTERIOLMENTE, come spiegato nel capitolo di paleoantropologia moderna, anche dall'INTERA analisi scientifica comparata, dalla fisiologia vegetale-ecosistemica comparata, alla anatomia comparata e morfologia funzionale comparata fitozoologica, alla fisiologia e biochimica nutrizionale comparate, fino alla PERFETTA INDISPENSABILITA' BIOCHIMICA RECIPROCA (per la SALUTE e TERAPEUTICA) TRA SPECIE UMANA E SPECIE DEL MELO che, come arcinoto in paleontologia, è raggiungibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE dopo MILIONI di ANNI di strettissima CO-EVOLUZIONE ANATOMO-FISIOLOGICA nello STESSO IDENTICO ecosistema geografico.

Tra l'altro, un' ENNESIMA PROVA SCIENTIFICA che il melo mai PUO' ESSERE di origine NE asiatica, ne TANTO MENO cinese, è data anche dal fatto che il melo, in quelle zone così lontane dalla sua ORIGINE AFRICANA, PROPRIO DEL TUTTO AL CONTRARIO RISPETTO ALLA PREDETTA ZONA AFRICANA, PERDE COMPLETAMENTE il suo APPARATO POLMONARE (le foglie) moltissimi mesi all'anno (e ANCORA PEGGIO in Cina), come minimo tutto l'inverno, ma addirittura è SALUTISTICAMENTE MOLTO PIU' DEBOLE, con lunghezza della vita TOTALMENTE INFERIORE rispetto a quella predetta africana, e con una produzione SOLA di frutti all'anno, per di più ASSOLUTAMENTE MAI SCALARE e molto minore

[come d'altronde in TUTTE le altre zone NON inter-tropicali dell'intero pianeta, compresa l'Europa e le stesse suddette Svizzera e Austria] tutti parametri del tutto ESSENZIALI che DIMOSTRANO SCIENTIFICAMENTE anche l'ASSOLUTA E PIU' TOTALE NON SPECIE-SPECIFICITA' ECOSISTEMICA (che si misura proprio specialmente col grado di salute SOPRATTUTTO POLMONARE predetta della specie vegetale) del melo rispetto a tutte quelle altre aree geografiche del pianeta suddette, diverse da quella ORIGINARIA dell'AFRICA CENTRALE.

Ora, dopo la prima suddetta glaciazione di 1,8 milioni di anni fa, durante tutte le centinaia di migliaia di anni che la specie umana dall'Africa ha portato in giro per il resto del mondo il suo amico melo, quest'ultimo ha dovuto subire molti cambiamenti climatici, ed i parametri ecosistemici diversi con cui ha dovuto interagire, hanno portato a piccole differenziazioni varietali di mela, creando nel tempo decine di varietà diverse, numero di differenziazione oggi molto cresciuto anche per effetto di incroci e successivi innesti che hanno portato alle almeno centinaia di cultivar di melo principali presenti attualmente in tutto il pianeta.

Tuttavia, anche se le varietà di melo si sono differenziate dall' UNICO suo GENOTIPO INIZIALE AFRICANO della Rift Valley, che usava la specie umana già da oltre 7 MILIONI DI ANNI FA, ciò, come sappiamo oggi dalla genetica molecolare moderna, ha modificato, tramite crossing-over genico in fase riproduttiva e tramite tutti gli altri parametri anche biofisici di differenziazione genotipica, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la parte genicamente attiva dell'intero DNA, lasciando COMPLETAMENTE INTATTA, TUTTA LA PARTE PIU' REMOTA E PROTETTA DEL DNA stesso, nota con il nome di JUNK-DNA (è ormai arcinoto che il termine è del tutto inappropriato in quanto quando fu dato si pensava che quella parte di DNA fosse prima di funzione, chiamandolo troppo frettolosamente DNA "spazzatura" (junk), mentre ADDIRITTURA OGNI GIORNO si scoprono sue nuove proprietà DI PERSINO INDISPENSABILE FUNZIONALITA' BIOLOGICA).

Il JUNK-DNA si è rivelato, infatti, anche una delle PIU' GRANDI PROTEZIONI DI OGNI SPECIE VIVENTE, sia animale che vegetale; esso costitiuisce oltre il 90% dell'intero DNA, ma contiene anche ALMENO CENTINAIA DI COPIE ASSOLUTAMENTE IDENTICHE DI TUTTI I GENI (SELVATICI), soprattutto i fondamentali, contenuti nella parte attiva del DNA che codificano l'espressione fenotipica dell'animale o della pianta che vediamo, compreso i suoi FRUTTI, e che, proprio nel JUNK-DNA ASSOLUTAMENTE MAI vengono modificati durante l'evoluzione della specie nei MILIONI DI ANNI, costituendo proprio una specie diSERBATOIO DI RISERVA di TUTTE le CARATTERISTICHE GENOTIPICHE, e quindi anche FENOTIPICHE (tra cui l'aspetto esteriore), che, in questo caso, il MELO (ed il suo FRUTTO) AVEVA ORIGINARIAMENTE in AFRICA (Rift Valley) intorno ai 7 MILIONI DI ANNI FA, e che ha mantenuto abbastanza simili per ben 5,2 MILIONI DI ANNI.

Di conseguenza, anche se il MELO ha nell'ultimo 1,8 milioni di anni, formato varietà diverse di mela modificando leggermente la parte più attiva del suo DNA, la parte dei GENI ORIGINARI africani contenuti nel JUNK-DNA sono rimasti COMPLETAMENTE INTATTI, e, come sempre succede, se soprattutto i parametri biofisici ecosistemici esterni lo consentono, PROPRIO QUEI GENI ORIGINARI non solo possono essere COMPLETAMENTE RICODIFICATI (fenomeno detto RECUPERO JUNK ORIGINARIO) e rientrare così nella parte ATTIVA del DNA, ma addirittura con l'aggiunta di tutti i PERFEZIONAMENTI FILOGENETICI (evolutivi) relativi pure ai vari crossing-over e fenomeni molecolari analoghi, che determinano, nel caso del Malus, proprio il PERFEZIONAMENTO H, cioè il RECUPERO JUNK ORIGINARIO CO-EVOLUTO, della specie vegetale in base anche ai PARAMETRI BIOFISICI ECOSISTEMICI MODERNI, prima della relativa eventuale selezione naturale.

Ebbene, riguardo proprio alla mela rossa STARK, è avvenuto ESATTAMENTE il fenomeno del RECUPERO JUNK ORIGINARIO CO-EVOLUTO: infatti la mela rossa STARK, contrariamente a TUTTE le altre varietà di mela attuali esistenti, modificate dall'uomo o dalla natura aspecifica, MAI deriva da incroci artificiali, innesti o altre tecniche artificiali, o addirittura nemmeno da incroci spontanei naturali aspecifici, ma da un fenomeno di CO-EVOLUZIONE di riassestamento, relativo proprio al perfezionamento della parte del ciclo H corrispondente alla sua specie vegetale, che, in conseguenza del riverificarsi casuale di tutti i parametri biofisici ecosistemici principali simili a quelli della Rift Valley di oltre 2 milioni di anni fa, ha consentito finalmente proprio alla parte di JUNK-DNA ORIGINARIA di innescarsi rendendo operativa tutta quella serie di GENI ANTICHI già di base PERFETTAMENTE ADATTI alla SPECIE UMANA, ma addirittura PERFEZIONATI TOTALMENTE dal potentissimo fenomeno biofisico della CO-EVOLUZIONE ANTROPICA DIRETTA, determinato specialmente negli ultimi diecimila anni per effetto del riassetto della naturale STANZIALITA' PRIMATICA della specie umana, che ha consentito finalmente, dopo 1,8 milioni di anni di nomadismo, anche un' INTERAZIONE GENICA CO-EVOLUTIVA fito-zoologica molto profonda tra la specie vegetale del MELO e la SPECIE UMANA stessa.

Infatti, il recupero dell' ESPRESSIONE FENOTIPICA fondamentalmente ORIGINARIA della varietà del melo STARK, tramite soprattutto finalmente l'innesco della CODIFICA GENETICA JUNK ORIGINARIA di tutte le proteine strutturali ed

enzimatiche che consentono la MORFOLOGIA e BIOCHIMICA attuale della mela rossa STARK, compreso l'effetto della sua MASSIMA POTENZA SALUTISTICA sulla SPECIE UMANA, VERIFICATA SPERIMENTALMENTE in tutte le parti del mondo, mai è avvenuta principalmente tramite incroci o analoghi, artificiali o spontanei aspecifici, come ASSOLUTAMENTE TUTTE le altre varietà di mela al mondo, ma, del tutto al contrario, è avvenuta addirittura in modo DEL TUTTO NATURALE e autonomo in un ambiente, situato nell'attuale America, che evidentemente, con una coincidenza di fattori biofisici molto particolari e sufficientemente simili a quelli della Rift Valley originaria, ha determinato il RE-INNESCO dei GENI SELVATICI ORIGINARI (co-evoluti), che, come noto in genetica, soprattutto in condizioni ecosistemiche almeno molto simili a quelle specie-specifiche, SONO SEMPRE DOMINANTI rispetto ai geni modificati successivamente, che si trovano in recessività molecolare e quindi inespressa fenotipicamente, generando così finalmente la MELA PERFETTAMENTE ADATTA alla SPECIE UMANA ATTUALE, la mela rossa STARK.

In effetti, la SCOPERTA di questo tipo del tutto NATURALE ed EVOLUTIVAMENTE PERFEZIONATO di MELA (cioè STARK) è avvenuto addirittura per puro caso: un contadino faceva fatica a capire perchè nonostante tagliasse continuamente e sempre più profondamente quello che lui pensava fossero piante infestanti (in realtà erano dei fusti di melo che ricrescevano dalle fortissime radici di un melo NATURALE DA SEME la cui parte superiore adulta era andata distrutta), queste rinascevano non solo continuamente negli stessi punti, ma addirittura sempre più FORTI ed insistenti, con una POTENZA VEGETALE che non aveva MAI visto prima;

quando ebbe la conferma che si trattava di MELI (pur avendo dei dubbi sul tipo di mela ad essi relativo visto che provenivano proprio da un melo SELVATICO), si arrese, evitansdo di tagliarlo,, aspettando che crescessero, ignorando che avrebbero prodotto i FRUTTI PIU' SQUISITI IN ASSOLUTO AL MONDO (specialmente a papille gustative DISINTOSSICATE ASPECIFICAMENTE) ma anche gli UNICI TOTALMENTE SALUTARI che la specie umana avesse mai conosciuto da almeno quasi 2 milioni di anni.

Quindi, essendo pure MELI nati NATURALMENTE e SPONTANEAMENTE da SEME, Invece chederivati da incroci artificiali, nè tanto meno da innesti o quasiasi altra tipologia analoga, nè la FENOTIPICITA' GENERALE poteva derivare FONDAMENTALMENTE da incroci spontanei in quanto di base sia TUTTE le sue CARATTERISTICHE MORFOLOGICHE, sia TUTTE le sue CARATTERISTICHE FOTO-CROMATICHE, sia TUTTE le sue CARATTERISTICHE BIOCHIMICHE,

sia primarie che secondarie, comprese quelle ORGANOLETTICHE, erano COMPLETAMENTE DIVERSE da QUALSIASI altra varietà ESISTENTE fino ad allora, comprese le famose cinque punte sotto-carpiche tipiche della forma della mela rossa STARK: Infatti, un'analisi di quelle caratteristiche GENOTIPICHE ha consentito di verificare che sono TIPICAMENTE di TIPO JUNK, e, dunque, le UNICHE che possono risalire alla SELVATICITA' GENICA ORIGINARIA E CO-EVOLUTA

[il che spiega anche la straordinaria FORZA vegetale e rigenerativa di cui è dotata; la sua selvaticità genica ORIGINARIA e CO-EVOLUTA fa della mela rossa STARK la VARIETA' di MELA PIU' ANTICA IN ASSOLUTO AL MONDO (non di centinaia o migliaia di anni fa, ma di MILIONI di anni fa), e addirittura, allo stesso tempo, LA PIU' BIOCHIMICAMENTE EVOLUTA AL MONDO (cioè dell'intero genere Malus)],

cosa che ormai è COMPLETAMENTE CONFERMATA, come abbiamo visto e vedremo meglio più avanti, anche dalla assoluta e sorprendente sia MASSIMA POTENZA SALUTISTICA, che MASSIMA POTENZA TERAPEUTICA, che SOLO ed ESCLUSIVAMENTE la mela rossa STARK sviluppa nella SPECIE UMANA, constatazioni di fatto che DIMOSTRANO SCIENTIFICAMENTE pure una GENETICAMENTE PROFONDISSIMA COMPLEMENTARITA' FISIOLOGICA TOTALE con la SPECIE UMANA,

che, come è noto anche in filogenetica e genetica evoluzionistica, può essere stata DEL TUTTO UNICAMENTE gradualissimamente determinata sempre SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in MOLTISSIMI MILIONI DI ANNI di STRETTISSIMA CO-EVOLUZIONE, proprio esattamente come avviene tra ASSOLUTAMENTE TUTTE le altre specie viventi, animali e vegetali, ed il loro CIBO SPECIE-SPECIFICO, DEL TUTTO L'UNICO in grado di conferire loro la MASSIMA SALUTE; inoltre, il FENOMENO CO-EVOLUTIVO STARK-ANTROPICO è ulteriolmente SCIENTIFICAMENTE CONFERMATO sia attraverso la sempre più sorprendente PROFONDISSIMA COMPLEMENTARITA' BIOCHIMICA della mela rossa STARK UNICAMENTE con la SPECIE UMANA,

che vedremo meglio anche più avanti, sia attraverso la loro TOTALE COMPLEMENTARITA' BIOFISICA, anche tramite tutte le apparecchiature biofisiche più moderne, compreso lo studio biofotonico ultradebole in emissione esterna comparato.

Inizialmente si ignorava la sua perfetta specie-specificità con la specie umana, quindi i vivaisti che l'hanno ricevuta dal suddetto contadino che l'ha scoperta le hanno dato un nome in base all'unica caratteristica fondamentale che conoscevano di quel tipo di melo: la sua incredibile FORZA vegetale e rigenerativa; scelsero quindi il nome di STARK, lo stesso loro cognome, di origine tedesca, che in quella lingua significa appunto esattamente "FORTE" (al contempo, per la squisitezza enorme della suddetta mela il nome divenne subito STARK-delicious).

Probabilmente la NATURA ha voluto regalarci l'UNICA vera possibilità di salvezza che oggi un sistema capitalistico del tutto insostenibile rende URGENTISSIMA. Cerchiamo di essere TUTTI UNITI, almeno nella diffusione TOTALE nel

MONDO di questo tipo di specie vegetale [come vedremo meglio più avanti, soprattutto come AUTOPRODUZIONE PERSONALE nel proprio ECOVILLAGGIO, o, meglio, come AUTOPRODUZIONE COLLETTIVA (quindi sempre TOTALMENTE GRATUITA) nella SOCIETA' NATURALE], che costituisce la più potente e PROGREDITA INDUSTRIA ECOLOGICA mai esistita, un'industria TALMENTE EVOLUTA che non inquina minimamente, al contrario, purifica e rigenera l'aria tramite le sue particolari e sofisticatisissime foglie, ha una potenza vegetale che lo rende anche del massimo livello rigoglioso e stupendamente ornamentale, ma addirittura produce

TUTTA L'ALIMENTAZIONE MONDIALE DI CUI ABBIAMO BISOGNO, e persino nella maniera più GRATUITA: il MELO STARK.

Come approfondiremo nel capitolo relativo all'ecosistemica, inerente anche la struttura dei MODELLI INSEDIATIVI UMANI SOSTENIBILI e poi NATURALI, da ora abbiamo TUTTI un UNICO obiettivo di base che può risolvere con una POTENZA addirittura INFINITA TOTALMENTE i nostri attuali problemi MONDIALI: far divenire questo PIANETA(ovviamente la parte antropizzabile) principalmente un semplicissimo GIGANTESCO STARKETO, che poi è , come abbiamo visto, la definizione etimologica esatta stessa di PARADISO.

IMPORTANZA ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE, anche biochimica e fisiologica, DI MANGIARE LA MELA CON LA BUCCIA

LA NATURA STESSA fa in modo che QUANDO AVVICINIAMO LA BOCCA ALLA MELA (come frutto indeiscente, cioè che non si apre a maturazione, a buccia commestibile e salutare), LA PRIMA STRUTTURA BIOCHIMICA CHE CI FA TROVARE E' PROPRO LA BUCCIA, E ADDIRITTURA (ovviamente in assenza di strumenti artificiali) CI IMPEDISCE DI MANGIARE LA POLPA SE EVITIAMO PER PRIMO DI MORDERE LA BUCCIA,COME SE VERAMENTE FOSSE LA COSA PERSINO PIU' IMPORTANTE IN ASSOLUTO DI TUTTA LA MELA.

LE CONFERME SCIENTIFICHE, BIOCHIMICHE, FISIOLOGICHE, SALUTISTICHE, ANTI-INVECCHIAMENTO, ecc. DELL'ESSENZIALITA' PERSINO ASSOLUTA DI MANGIARE LA MELA CON LA BUCCIA SONO MOLTISSIME;

ne vediamo alcuni esempi:

- nella struttura stessa della buccia della mela (esattamente dentro di essa, persino nella parte più superficiale ed addirittura esterna), sono presenti addirittura oltre il 70% di tutte le vitamine contenute nell'intera mela; gettare la buccia significa, quindi, rendere inefficaci persino la maggior parte delle azioni biochimiche e fisiologiche assolutamente essenziali (anche della polpa) che la mela deve svolgere per la salute e longevità;

- è essenziale sapere che solo ed esclusivamente sulla superficie esterna della buccia (in questo caso della mela), ed assolutamente mai nella polpa, si trova posizionata la complessa ed importante struttura molecolare della vitamina B12 (prodotta da particolari batteri che si insinuano fino nei più reconditi e microscopici pori della superficie della buccia della mela, che, infatti, vista al mocroscopio elettronico presenta una struttura molto porosa).

  Anche proprio per questo motivo (e per altri motivi legati all'osmosi e adesione biochimica, che determinano la perdita di moltissime e preziosissime altre sostanze essenziali della mela) E' FONDAMENTALE MAI SCIACQUARE, NE' STROFINARE LA BUCCIA DELLA MELA (da cui anche l'importanza di mele biodinamiche o, almeno biologiche).

  Sarebbe sufficiente solo questo dato scientifico (relativo alla vitamina B12) per capire l'indispensabilità assoluta di mangiare la mela con la buccia (che, tra l'altro, rende molto più gustosa la mela stessa; ovviamente, in commercio, vanno trovate le mele più buone al gusto, croccanti, con buccia fine e gustosa, ecc., il che, come abbiamo detto, è anche indice di ottima coltivazione e quindi di ottime caratteristiche nutrizionali);

- fondamentale anche sottolineare che la buccia della mela contiene addirittura 5 volte più polifenoli (le sostanze fondamentali e persino essenziali che abbiamo analizzato prima) rispetto alla polpa, altro fattore, questo, che conferma l'importanza estrema di mangiare la mela assolutamente sempre con la buccia;

- l'importanza fondamentale della buccia della mela è confermata anche dagli esperimenti relativi alla ricerca anticancro, in cui si è dimostrato chiarissimamente che la mela con la buccia riduce lo sviluppo delle cellule tumorali in coltura addirittura di oltre il 60%, persino quasi il doppio rispetto alla mela senza buccia (dal 30 al 40%);

- inoltre, tra le moltissime altre caratteristiche assolutamente essenziali della buccia della mela, si deve ricordare che solo in essa sono presenti piccole ghiandole che secernono un olio volatile profumato, importantissimo anche

nella fisiologia dei processi digestivi della specie umana;

- nella buccia della mela sono presenti anche la maggior parte delle preziosissime fibre, i cui effetti salutistici (proprio di quelle specifiche della mela) anche sui denti stessi e sulla funzionalità dell'intestino (data anche l'azione sinergica con i polifenoli e le vitamine) sono arcinoti a tutti;

- la buccia della mela, anche per la sua suddetta ricchezza estrema in polifenoli, è fondamentale anche per la enorme tonicità muscolare che riesce a conferire (ovviamente in un fisico disintossicato, e quindi, come minimo, fruttariano o melariano), consentendo facilmente un fisico addirittura "scolpito", oltre che in salute assolutamente perfetta, e nella più alta longevità con aspetto fisico giovane;

- ecc.

Ottima notizia: col melarismo si acquisisce gradualmente un FISICO SCOLPITO, addirittura anche con poca attività fisica

Un altro acido importante è L'acido ursolico che agisce come tonificante per I muscoli (aumenta la muscolatura e accelera la digestione dei grassi).

Come abbiamo già accennato l'attività fisica, come per qualsiasi altro primate al mondo, mai deve essere tanta, è sufficiente quella naturale, legata al nostro istinto, che in fase melariana è perfettamente in sintonia con le esigenze naturali del nostro organismo.

Il meccanismo molecolare per cui una alimentazione perfetta, cioè che segue perfettamente il principio fisico della minima energia, riesce a conferire la struttura muscolare anche più letteralmente dura in assoluto, è già fondamentalmente noto. Infatti, come si dice in scienza dell'alimentazione moderna, "MINIMUM EST OPTIMUM", ovvero anche "IL MINIMO E' IL MASSIMO".

Senza entrare nei dettagli biochimici dell'interazione perfetta tra la meravigliosa fisiologia del fruttosio e totale, innescata dalla potentissima biochimica della mela, e la nostra dinamica molecolare muscolare, è sufficiente osservare la natura.

Infatti, LE MASSE MUSOLARI E STRUTTURALI PIU' POTENTI E DURE IN ASSOLUTO, IN NATURA, LE POSSIEDONO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PROPRIO GLI ESSERI VIVENTI CHE SI NUTRONO CON CIBI A MINIMO CONTENUTO PROTEICO IN ASSOLUTO (e mai il contrario come spesso si tende a confondere: l'aumento di quantità proteica è assolutamente distruttiva per la fibra mucolare, innescando inizialmente un aumento parziale del tutto patologico di massa, intossicando aspecificamente talmente la struttura muscolare che quando si diminuisce l'attività fisica, si reinnesca automaticamente il famoso crollo muscolare flaccido, tipico degli ex-culturisti di tutto il mondo, determinando anche un enorme crollo psicologico):

IL SIMBOLO ASSOLUTO DELLA FORZA E POTENZA MUSCOLARE, tanto che le guardie del corpo di tutto il mondo si definiscono proprio col suo nome, che ha appunto una muscolatura e potenza muscolare eccezionale, capace di sollevare un uomo pesantissimo addirittura tranquillamente con un solo braccio, E' PROPRIO UN ANIMALE CHE SI NUTRE CON LA CATEGORIA DI CIBI A MINIMO CONTENUTO PROTEICO AL MONDO, CIOE' PROPRIO UN ANIMALE FRUTTIVORO, IL GORILLA.

Un' altro essere vivente DI ESTREMA POTENZA MUSCOLARE, addirittura proverbiale, è sempre proprio uno di quelli CHE SI NUTRE CON UN CIBO TRA I MENO RICCHI DI PROTEINE IN ASSOLUTO SULL'INTERO PIANETA: SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ERBA, IL TORO.

Come esempi, invece, DI MASSA MUSCOLARE ADDIRITTURA GIGANTESCA, OLTRE CHE DI FORZA E POTENZA ESTREME, abbiamo ancora un altro essere vivente CHE SI NUTRE PROPRIO SEMPRE COL CIBO TRA I MENO RICCHI DI PROTEINE IN ASSOLUTO: SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ERBA, L'ELEFANTE.

Ma se cerchiamo un esempio di essere vivente DI DUREZZA STRUTTURALE MASSIMA, DUREZZA TALMENTE ESTREMA da essere tale che anche un' automobile a tutta velocità che urti contro la sua struttura si sfracelli completamente, ebbene questo esempio lo troviamo solo ed eslusivamente tra gli esseri viventi CHE SI NUTRONO CON IL CIBO "SOLIDO" CON A CONTENUTO PROTEICO ASSOLUTAMENTE ZERO, e addirittura il cibo a minima percentuale dell'insieme di tutti gli altri principi nutritivi organici (compresa la nutrizione aereiforme): QUESTO CIBO CONTIENE INFATTI ADDIRITTURA OLTRE IL 99% DI ACQUA (il resto sono principalmente alcuni sali minerali), e l'essere vivente che se ne nutre si chiama ALBERO.

Infatti, proprio la struttura di essere vivente PIU' DURA IN ASSOLUTO SULL'INTERO PIANETA, il tronco durissimo degli

alberi, si ottiene proprio SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON IL CIBO "SOLIDO" MENO RICCO DI NUTRIENTI ORGANICI IN ASSOLUTO DI TUTTO L'INTERO PIANETA: L'ACQUA PIOVANA (che l'albero assorbe dalle radici).

Quindi, i massimi esempi di FORZA, POTENZA e MASSA MUSCOLARE, e addirittura di DUREZZA STRUTTURALE MASSIMA, sono costituiti solo ed esclusivamente da esseri viventi CHE SI NUTRONO CON CIBI CHE HANNO 2 CARATTERISTICHE COSTANTI: contengono LA MASSIMA PERCENTUALE DI ACQUA IN ASSOLUTO, e LA MINIMA PERCENTUALE DI PROTEINE IN ASSOLUTO.

Ebbene, sono tra tutti i presunti "cibi" per l'uomo, ma addirittura tra tutti i frutti (commestibili) esistenti sull'intero pianeta, LA MELA E' PROPRIO ASSOLUTAMENTE L'UNICO CHE POSSIEDE CONTEMPORANEAMENTE ENTRAMBE QUESTE 2 CARATTERISTICHE.

Dunque, oltre l'esempio dei numerosi melariani con un fisico scolpito nel mondo (come Yana Louis e molti altri), anche l'osservazione rigorosa della natura, e la semplice logica(solo la estrema gradualità di inserimento di unità strutturali, anche nella scienza della fisica strutturale, può conferire la durezza ad un qualsiasi sistema materiale) ci dimostrano come solo con l'alimento specie-specifico per la specie umana si possa arrivare, a parità di massa,

ALLA MASSIMA FORZA E POTENZA MUSCOLARE UMANA, OLTRE CHE AD UN FISICO ASSOLUTAMENTE SCOLPITO (oltre che, allo stesso tempo, della massima armonia e bellezza).

Bisogna aggiungere che col melarismo (iniziato con la predetta gradualità M1) nemmeno si hanno gli eventuali problemi di magrezza che ci potrebbero essere con un fruttarismo squilibrato (ad esempio che usa normalmente anche frutta acida, o altro tipo di fruttarismo insostenibile).

LA MELA, infatti, E' L'UNICO FRUTTO E "CIBO" AL MONDO AD AVERE proprio quella caratteristica biochimica fondamentale, anzi assolutamente essenziale, PER MANTENERE COSTANTEMENTE INTEGRA L'INTERA STRUTTURA DELL'ORGANISMO UMANO:

IL MANTENIMENTO ASSOLUTAMENTE COSTANTE DEL pH EMATICO AL SUO VALORE FISIOLOGICO PERFETTO DELLA SPECIE UMANA, CIOE', come predetto, ESATTAMENTE 7,41.

PROPRIO L'USURA PROTEICA E MOLECOLARE GENERALE E' PRATICAMENTE NULLA, PER CUI L'ORGANISMO è praticamente impossibile che dimagrisca sotto il peso forma perfetto (sempre che la gradualità M1 sia tenuta per il tempo sufficiente) e, proprio anche perchè mai deve sprecare una sola caloria per i massimamente energivori meccanismi di riparazione molecolare e cellulare dell'intero organismo (oltre alla totale assenza dell'enorme spreco di energia, sia per la digestione, assorbimento e assimilazione di "cibi" inadatti alla nostra specie, e sia per l'enorme lavoro di disintossicazione aspecifica relativa proprio a quei presunti "cibi"), ADDIRITTURA RIMARRA' SEMPRE PERFETTAMENTE TONICO, A TEMPO ASSOLUTAMENTE INDEFINITO, in una longevità persino a potenziale letterale immortalità (come vedremo meglio nel capitolo relativo alla gerontologia moderna),

Melarismo: GUSTO MASSIMO rispetto a tutti i precedenti modelli "alimentari".

RICETTARIO MELARIANO (specie per i week-end con gli amici), ed il futuro dell'intera ristorazione mondiale:
RISTORANTE MELARIANO e ristorante melariano-crudista (solo mele crude)

Come sempre, ogni volta che si avanza verso l'alimentazione adatta ad una specie, nel caso della specie umana verso il melarismo, la disintossicazione aspecifica anche dell'intera struttura neuronale e ghiandolare delle (e relativo alle) nostre complesse papille gustative, determina una sensazione metabolica finale del GUSTO assolutamente di MASSIMO PIACERE, anche rispetto a qualsiasi altro frutto, visto pure che la configurazione biochimica del frutto specie-specifico è L'UNICA PERFETTAMENTE COMPLEMENTARE alla configurazione biochimica dei recettori neuronali della papilla gustativa della specie relativa.

Specialmente dopo i primi 2 o 3 mesi di melarismo si nota sempre meglio l'assoluta perfezione e sublimità del gusto della mela, ma sempre di più si evidenzia anche la superiorità (pure rispetto a qualsiasi altra varietà di mela) sia del GUSTO, sia della sensazione massima di SALUTE, conferiti dalla MELA ROSSA STARK-DELIZIOSA.

Se la parola "frutta" deriva da "frui" (=godere), la parola "mela" deriva da "malon" che significa "IL frutto", a conferma che anche la saggezza millenaria antica indica che la sensazione di godimento massima nel gusto (ovviamente a papille gustative disintossicate) si può ottenere solo ed esclusivamente con la mela.

Dunque, è soprattutto per questi motivi legati alla struttura anatomo-fisiologica della papilla gustativa della nostra specie, che il ristorante melariano rappresenta il massimo livello di gusto (oltre che di salute), e quindi il vero futuro, dell'intera "ristorazione" mondiale. In fase melariana, come eccezione (ma solo a cena), ad esempio il sabato e la domenica anche con gli amici, ci si può divertire a preparare qualcosa di diverso, facente parte di un ricettario melariano, con cui, come

abbiamo visto, si può, inoltre, tranquillamente aprire un vero e proprio ristorante melariano, o ancora meglio, un ristorante melariano-crudista, l'unico modello di ristorazione che è veramente coerente col termine stesso "ristorare" (dal livello di gusto al livello di salute).

Anche per le ricette melariane l'unico limite è la fantasia, ne possono esistere infiniti tipi (ne esistono già molte, ma la maggior parte di quelle possibili è persino ancora tutta da inventare o perfezionare) di cui in questo

RICETTARIO MELARIANO ne descriviamo solo alcuni esempi (fatte di mele, al 100%)

[alcune precisazioni:

- per una papilla gustativa disintossicata, ad ogni taglio o lavorazione anche solo leggermente diverso dello stesso frutto, corrispondono stimoli di gusto assolutamente diversi, fino a totalmente opposti;

- le mele si intendono sempre con la buccia, a meno che diversamente specificato;

- le mele scottate (o ricette che li contengono) sono possibili, al limite, solo per chi sta iniziando la fase melariana 1, come eccezione (mai più di due volte a settimana) e al massimo per i primi tre mesi;

- il sale deve essere stato eliminato già molti mesi prima di iniziare la fase melariana 1;

- spesso si usano nomi di piatti analoghi non fruttariani per una importante gradualità psicologica;

- le ricette di mele crude sono buone a temperatura ambiente; per coloro che fossero ancora abituati ad un piatto caldo, anche la ricetta di mele crude si può riscaldare (fino a 50 gradi centigradi rimane biochimicamente cruda) semplicemente ponendo il piatto (con la ricetta chiusa da un altro piatto sovrastante) su un pentolino con un centimetro d'acqua che bolle per pochi minuti (oppure in un forno posto a 50 gradi);
  quando citeremo l'essiccazione, quella ideale è al sole (ponendo la cosa da essiccare direttamente su un prato, o, al limite, su un lenzuolo di cotone |lavato solo con acqua|), o, in mancanza di sole, con un essiccatore; se si usa un forno o qualsiasi altro strumento, basta mai superare i predetti 50 gradi (tra l'altro, anche se si mette un termometro al sole |abbastanza alto e almeno primaverile| si noterà che la temperatura oscilla proprio intorno ai 50 gradi); la cosa essiccata va posta subito in un sacchetto impermeabile, per evitare che l a stessa umidità dell'aria dapprima regredisca l'essiccazione e poi inneschi la marcescenza]:

ANTIPASTI MELARIANI:

- INSALATA MELARIANA [mele a pezzetti, con versato sopra un frullato di mele (diluito con centrifugato di mela, senz'acqua)];

- insalata melariana a palline [mele tagliate con lo strumento a cucchiaino semisferico, con versato sopra un frullato di mele (diluito con centrifugato di mela, senz'acqua)];

- crostini melariani [quarti di mela (come sempre con buccia) scavati a formare una conca nella quale si versa un po' di frullato di mele (ottenuto anche con la parte di mela appena tolta, diluito con centrifugato di mela, senz'acqua)];

- tartine melariane [fettine sottili di mela separate, con sopra spalmato un frullato di mele (diluito con centrifugato di mela, senz'acqua)];

-

PRIMI MELARIANI:

- SPAGHETTI MELARIANI [mele tagliate a spaghetti con lo spiromat (o simili), con versato sopra un frullato di mele e l'aggiunta di un po' di parmigiano melariano (mele alla julienne)];
- fettuccine melariane [mele tagliate a fettuccina (anche col "pelapatate", o con un tagliere secondario dello spiromat), con versato sopra un frullato di mele e l'aggiunta di un po' di predetto parmigiano melariano];

- riso melariano [mele alla julienne abbondanti, con versato sopra un frullato di mele e l'aggiunta di un po' di predetto parmigiano melariano];

- lasagna melariana [composta da 3 strati omogenei di fettine di mela, alternati con 3 strati di frullato di mela sovrastante (a concentrazione crescente di centifugato di mela rispetto all'acqua) con l'aggiunta finale di un po' di predetto parmigiano melariano];

- minestra melariana [piatto fondo con frullato di mele aggiunto di pezzettini di mela fresca e un po' di predetto parmigiano melariano (si può anche riscaldare nel modo suddetto)];

SECONDI MELARIANI

- bistecca melariana [parte fibrosa della mela (ottenuta dopo centrifugazione), essiccata (stesa con circa un centimetro e mezzo di spessore) molte ore, e condita con centrifugato di mela];

- polpette melariane [parte fibrosa della mela (ottenuta dopo centrifugazione), essiccata (stesa con spessore sottile) qualche ora, plasmata a polpette e condite con poco frullato di mela];

- prosciutto melariano [buccia (con circa tre millimetri di polpa) di mela rossa grande, tagliata (con talierino grande curvo) molto larga, essiccata per qualche ora];

CONTORNI

- PATATINE "fritte" MELARIANE (a sfoglia) [mele a fettine sottili essiccate molte ore (esistono anche in commercio, da poco a molto croccanti, come anche quelle liofilizzate |cioè essiccate sotto vuoto a freddo|)];

- PATATINE "fritte" MELARIANE (strette e lunghe) [mele tagliate a piccoli paralleleipedi (stretti e lunghi), essiccate molte ore (esistono anche in commercio, da morbide fino a molto croccanti, pure con forme simili e fantasiose)];

DOLCI

- BUDINO MELARIANO [coppetta di frullato di mela con aggiunta (solo un attimo prima di consumare) di pezzi di mela essiccata croccante];

- cannoli melariani [mela frullata ed essiccata molte ore in strato sottile, poi tagliato a quadratini che si arrotolano attorno ad un po' di frullato di mele (diluito solo con centrifugato di mela)];

- crema melariana [mela frullata ed essiccata alcune ore in strato spesso (una variante è con l'aggiunta di mele secche grattugiate)];

- torta melariana [composta da 4 strati omogenei di fettine di mela essiccata, con interposti 3 strati di frullato di mela (diluito solo con centrifugato di mela), decorando la sommità con tre cerchi concentrici fatti di stesso frullato di mela, aggiungendo mela rossa fresca tagliata a stelline (col rosso della buccia verso l'alto) al centro (una grande) e sul cerchio medio (tante piccole)];

- CROSTATA MELARIANA [parte fibrosa della mela (ottenuta dopo centrifugazione), essiccata (stesa con circa un centimetro di spessore) molte ore, con uno strato sovrastante di frullato di mele (diluito solo con centrifugato di mela) fino ad un centimetro dal bordo, e decorata con mela rossa fresca tagliata a stelline (col rosso della buccia verso l'alto), una grande al centro e tante piccole su un cerchio medio];

- marmellata melariana (cruda) (crema frullata di mela essiccata, un po' di mela fresca e di centrifugato di mela);
- gelato melariano [crema frullata di fette di mela congelate (per circa 8 ore e poi a temperatura ambiente per 3 minuti), un po' di mela fresca e di centrifugato di mela];

- bignè melariano [mezze melette rosse (con buccia) scavate dentro fino circa mezzo centimetro da tutta la buccia, ripiene di predetta marmellata melariana cruda (con la parte interna tolta della mela usata per la marmellata stessa)];

- bignè al gelato melariano [mezze melette rosse (con buccia) scavate dentro fino circa mezzo centimetro da tutta la buccia, ripiene di predetto gelato melariano (con la parte interna tolta della mela usata per il gelato stesso)];

- mela scottata (in pentolino per qualche minuto);

BEVANDE

- FRULLATO DI MELA (diluito con centrifugato di mela, senz'acqua);

- CENTRIFUGATO DI MELA;

- "THE" CON BISCOTTI BAGNATI MELARIANO [tazza di centrifugato di mela (freddo o caldo) con aggiunta (solo un attimo prima di consumare) di pezzi di mela essiccata croccante];

Oltre questo ricettario melariano, sempre come eccezione, anche in commercio esistono numerosi prodotti melariani, come sempre gli unici massimamente squisiti, quali ad esempio:

- polpa di mele [costituita al 100% da mele (ne esistono di diverse varietà), densamente fluida, normalmente in vaschette;

  > esistono anche con pezzetti aggiunti di mela fresca];

- merendine melariane (costituite al 100% da mele; ad esempio:
  > merendine di mele essiccate tritate e unite da centrifugato di mela;
  > gelatine di mela fatte solo di frullato di mela essiccato;
  > ecc.);

- mele essiccate (ne esistono di molti tipi, ad esempio:
  > a rondelle spesse e morbide;
  > a rondelle sottili e dure;
  > a spicchietti mobidi;
  > ecc.);

- "patatine" melariane[croccanti ma col sapore infinitamente più buono e vario delle patatine fritte, ad esempio:
  > mele essiccate croccanti a sfoglia;
  > mele essiccate croccanti a sfoglia ondulata;
  > mele essiccate croccanti a spicchietti;
  > mele liofilizzate (cioè essiccate sotto vuoto a freddo; croccantissime);
  > ecc.];

- marmellate melariane (100% mela, cioè senza zuccheri aggiunti, o qualsiasi atro additivo);

- composte melariane (100% mela);

- succhi di mela (100% mela, anche questi senza zuccheri aggiunti, o qualsiasi altro additivo;
  > ne esistono di molti tipi e densità);

- ecc.

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE COL MELARISMO SI SMETTE DI LAVARE I DENTI

Siccome, come già accennato, solo ed esclusivamente tutte le sostanze chimiche contenutenella mela, nel loro insieme, proteggono totalmente da qualsiasi patologia dentale ed orale, sia di giorno che di notte, dopo un pasto, o una giornata, o una alimentazione definitiva, di solo mele mai bisogna lavare i denti (in nessun modo, a cominciare dallo spazzolino e pasta dentifricia, anche naturali, fino a qualsiasi altro metodo), per poter consentire alle sostanze della mela di agire e proteggere i denti stessi, e la salute dell'intero cavo orale.

Oltre i motivi già esposti, uno dei fondamentali è che la mela è l'unico frutto e "cibo" al mondo che, come zucchero, contiene quasi esclusivamente fruttosio: il fruttosio è proprio esattamente non solo l'unico tipo di carboidrato esistente in natura assolutamente incapace di svilupparie la carie (per questo è detto non cariogeno) o qualsiasi altro tipo di patologia orale nella specie umana, ma, come abbiamo accennato, addirittura protegge e persino guarisce da esse, ovviamente solo se in sinergia con tutte le altre preziosissime sostanze della mela (la parte minorotaria di glucosio della mela è resa innocua dalle altre sostanze biochimiche altamente protettive della mela stessa).

Lavarsi i denti (con almeno spazzolino naturale, pasta dentifricia naturale e filo interdentale) è, invece, assolutamente indispensabile con qualsiasi altro modello alimentare INadatto alla specie umana: da quello onnariano, a quello vegetariano, vegan, vegan-crudista ed addirittura fruttariano [in fase di fruttarismo 3, ci si deve lavare i denti solo dopo i pasti con frutta diversa da mela (e nemmeno basta mangiare una mela finale per pulirsi i denti), mentre mai si dovrà lavare i denti dopo qualsiasi pasto, o giornata, di solo mele; in fase di melarismo 1, solo dopo consumato mele essiccate e solo se si sente un certo fastidio ai denti, allora vuol dire che il processo (innaturale) di essiccazione ha concentrato troppo gli zuccheri, e, quindi, solo in questo caso i denti vanno lavati].

Quindi mentre con qualsiasi altro frutto o "cibo" al mondo è assolutamente indispensabile lavarsi i denti per evirate di danneggiarli, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON UN PASTO, O GIORNATA, DI SOLO MELE AVVIENE ESATTAMENTE IL CONTRARIO: E' ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE EVITARE DI LAVARSI I DENTI PER EVITARE DANNEGGIARLI.

Per l'ennesima volta, BASTEREBBE SOLO ED UNICAMENTE QUESTO DATO DI FATTO PER DIMOSTRARE CHE LA SPECIE UMANA E' MALIVORA.

Altra ottima notizia (ed ennesima prova scientifica che la specie umana è malivora): solo ed eslusivamente col melarismo le feci mai più cattivo mandano odore, e mai si deve assolutamente più pulire o lavare l'ano dopo la defecazione, perchè rimane già perfettamente pulito

Nessuna specie animale che si nutre col cibo adatto alla sua specie si deve pulire l'ano dopo la defecazione.

La defecazione, come qualsiasi altra funzione fisiologica del nostro organismo, è una funzione perfettamente pulita; se essa, invece, sporca l'ano, ciò è un chiarissimo messaggio della natura che ci avverte che abbiamo assunto "cibi" inadatti alla nostra specie.

Qualsiasi altro modello alimentare al mondo (fruttarismo, vegan-crudismo, veganismo, vegetarismo, onnarismo, ecc.), costringe la specie umana ad effettuare questa fastidiosa, assolutamente innaturale e, specialmente col tempo, dannosa operazione artificiale di pulirsi l'ano sporco di sterco tutti i giorni, ogni volta che defechiamo.

Tra l'altro, niente e' meno igienico della carta "igienica", al limite è molto più salutare usare l'acqua).

L'ano rimane sporco di sterco (in misura maggiore o minore) anche se si prova ad effettuare una monodieta di persino qualsiasi altro frutto al mondo (ad esempio solo pesche, o solo fichi, o solo uva, ecc.).

Solamente quando si effettua l'alimentazione melariana (solo mele), dopo un certo numero di giorni (solo il tempo necessario all'organismo di disintossicarsi sufficientemente), LE FECI NON MANDANO ASSOLUTAMENTE PIU' NESSUN TIPO DI CATTIVO ODORE (anzi, spesso piacevole, come succede con le urine, che spesso profumano persino di mele), MA ADDIRITTURA L'ANO NEMMENO SI SPORCA PIU', rimanendo perfettamente pulito, E PERSINO MAI SI DEVE TOCCARLO CON NIENTE (nemmeno con l'acqua) VISTO CHE IL RISULTATO METABOLICO FINALE FECALE DELLE MELE LASCIA NUMEROSE SOSTANZE BIOCHIMICHE MOLTO PROTETTIVE PER L'ANO STESSO.

Siccome ciò avviene solo ed esclusivamente con le mele, e con nessun altro frutto o "cibo" sull'intero pianeta, SAREBBE, per l'ennesima volta, SUFFICIENTE SOLO QUESTO DATO DI FATTO PER DIMOSTRARE CHE LA SPECIE UMANA E' MALIVORA.

Altra stupenda notizia:

solo ed esclusivamente col melarismo il sudore (eventuale) e la traspirazione della pelle MAI MANDANO PIU' CATTIVO ODORE, ma addirittura la traspirazione cutanea emette continuamente un piacevole odore;

inoltre, di conseguenza, NEMMENO SI E' COSTRETTI A LAVARSI, MA ADDIRITTURA MAI SI DEVE ASSOLUTAMENTE PIU' TOCCARE LA PELLE CON NIENTE, in quanto si innesca una fisiologia perfetta autopulente totalmente, e persino autolubrificante, con un insieme altrettanto perfetto di sostanze molto protettive

COME SEMPRE, SE L'ALIMENTAZIONE E' PERFETTA, IL NOSTRO ORGANISMO E' GIA' PERFETTO.

QUALSIASI COSA FACCIAMO IN PIU' E' SOLO ASSOLUTAMENTE DANNOSA.

NESSUN PRIMATE IN NATURA SI LAVA [nemmeno con la sola acqua, quando piove addirittura tendono a ripararsi sotto le foglie] O SI E' MAI LAVATO ADDIRITTURA PER MILIONI DI ANNI, ESATTAMENTE COME LA SPECIE UMANA STESSA (specialmente i primi persino 5,2 miloni di anni), avendo una traspirazione cutanea, per via dell'alimentazione specie-specifica, perfettamente piacevole.

Ricordiamoci sempre che "IGIENE" DERIVA DA "IGIEIA" CHE VUOL DIRE ESATTAMENTE "SALUTE", e, di conseguenza, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON LA SALUTE PERFETTA DEL MELARISMO SI PUO' OTTENERE L' IGIENE PERFETTA.

LA PRIMA COSA DEL TUTTO TOSSICA DA ABBANDONARE, specialmente da melariani (o, al limite, fruttariani), E' QUALSIASI TIPO DI PRODOTTO (anche i più cosiddetti "naturali" in assoluto), come saponi, sciampi, creme, deodoranti, ecc., O QUALSIASI ALTRA COSA [sia solido, che liquido, che aeriforme (cioè vapore o gas)] TOCCHI LA NOSTRA PELLE (al limite, in città, si può usare solo acqua, ma solo quando assolutamente necessario; anche l'acqua, infatti, specialmente con la sua molecola fortemente bipolare, con l'idrogeno a bassa elettronegatività e l'ossigeno ad altissima elettronegatività, RIESCE AD ALTERARE ENORMEMENTE TUTTO L'EQUILIBRIO BIOCHIMICO E TROFICO MICRORGANICO DELLA DELICATISSIMA SUPERFICIE DELLA PELLE).

Se si studia la superficie della nostra pelle al microscopio elettronico ci si accorge subito che, durante una alimentazione naturale, è un micro-ecosistema assolutamente perfetto.

Ci sono, ad esempio, diversi strati protettivi di sostanze biochimiche preziosissime (che si alterano, o addirittura si perdono, al minimo contatto con qualsiasi altra sostanza, persino con l'acqua), dei meccanismi perfetti di autopulizia e di autolubrificazione continui, dei microorganismi simbionti preziosissimi che ci aiutano ulteriolmente a tenerla continuamente pulitissima (per esempio nutrendosi di sostanze proprio per noi tossiche), delle sostanze gassose che, uscendo dai nostri innumerevoli pori cutanei, contribiuscono continuamente a portare via molte sostanze negative, ecc.

Anche per i capelli, man mano che ci disintossichamo, bisogna gradualmente prima diminuire lo sciampo, poi, quando si arriva almeno al fruttarismo, eliminarlo del tutto. Specialmente lo sciampo bisogna eliminarlo gradualmente, dando ai capelli, ormai massacrati dall'uso abituale di quel veleno (anche se si tratta del più cosiddetto "naturale"), il tempo di reinnescare i meccanismi fisiologici perfetti di autopulizia: con questa gradualità, il miglioramento assoluto procede ottimamente, FINO, a sciampo eliminato totalmente, ALLA PERFEZIONE NATURALE. [Solo se si elimina lo sciampo senza la sufficiente gradualità, all'inizio (ma solo un primissimo periodo), i capelli, ancora fortemente alterati biochimicamente dagli sciampi passati, risulteranno un po’ "grassi", per poi comunque tornare gradualmente, tramite l'alimentazione naturale, AL LORO STATO PIU' PERFETTO E LUCENTE; quindi, se si dovesse verificare ciò, basta eliminare lo sciampo con più gradualità, man mano che si perfeziona l'alimentazione].

In altri termini, SE CI NUTRIAMO CON LE SOSTANZE CHE LA NATURA HA PREVISTO, nemmeno abbiamo più bisogno di lavarci per il semplicissimo motivo che la pelle disintossicata (cioè finalmente naturale) si "lava" e si pulisce perfettamente e continuamente da sola,

ADDIRITTURA 24 ORE SU 24, MOLTO PIU' DI QUELLO CHE, ANCHE SOLO LONTANAMENTE, POTREMMO FARE NOI, ANCHE CON LA SCIENZA PIU' "BIOLOGICA" E MODERNA;

QUALSIASI COSA POSSIAMO FARE O AGGIUNGERE NOI, LA SPORCHIAMO LETTERALMENTE, MA ADDIRITTURA LA DANNEGGIAMO ENORMEMENTE.

LA PELLE DELLA SPECIE UMANA, in fase di alimentazione melariana (e, al limite, fruttariana),
HA LA FISIOLOGIA PIU' PERFETTAMENTE AUTOPULENTE, E PERSINO BIOCHIMICAMENTE PIU' RAFFINATA ED EVOLUTA, CHE ESISTE IN NATURA.

Altra ottima notizia:

Di conseguenza tutti i nostri indumenti e biancheria, anche e specialmente quelli più intimi, nemmeno si sporcheranno quasi più, annullando quasi completamente la fatica, il tempo e i soldi persi per lavare, asciugare, stirare, ecc.

E anche quando si vuole lavare qualcosa, nemmeno si è più costretti ad aggiungere qualsiasi tipo di detersivo, in quanto, per la più assoluta esiguità ed addirittura innocuità degli (solo eventuali) effetti della traspirazione cutanea con l'alimentazione naturale, sarà assolutamente sufficiente solo l'acqua.

Altra ottima notizia:

Solo col melarismo (e, al limite, col fruttarismo) mai più si deve lavare le mani prima dei pasti in quanto (come spiegheremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna) nessun microrganismo è pericoloso se il nostro organismo è disintossicato NESSUN PRIMATE SI E' MAI LAVATO LE MANI (nemmeno con la sola acqua), PER ADDIRITTURA MILIONI DI ANNI, PRIMA DI TOCCARE IL SUO CIBO.

Se si nutre col cibo adatto alla sua specie mai si ammala. Solo la specie umana, unicamente quando è intossicata con "cibi" inadatti alla sua specie, (o altri animali che alimentiamo noi con "cibi" cotti o aspecifici), attira miliardi di altri microrganismi (oltre quelli naturali) che diventano "patogeni" solo all'interno del suo organismo, per il semplicissimo motivo che ESSI SI NUTRONO PROPRIO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DELLE SUE TOSSINE ASPECIFICHE.

Il concetto è molto semplice: SE IL NOSTRO ORGANISMO E' DISINTOSSICATO, cioè se sono assenti tossine aspecifiche, I MICRORGANISMI MAI TROVANO ASSOLUTAMENTE QUALCOSA DA MANGIARE, E, DI CONSEGUENZA, SE NE VANNO IMMEDIATAMENTE.

Come ha detto anche Pasteur (proprio il fondatore della teoria dei microrganismi patogeni) in punto di morte,

"IL MICROBO E' NIENTE, IL TERRENO E' TUTTO".

Il terreno (di coltura) è proprio il nostro organismo, che, quindi, se pulito dalle tossine, è inattaccabile dai microrganismi, per il semplice fatto che è assolutamente impossibile che attecchiscono. Di conseguenza, inoltre, IN FASE DI ALIMENTAZIONE ADATTA ALLA NOSTRA SPECIE, LAVARSI LE MANI (anche con la sola acqua), alterando, quindi, fortemente la perfetta composizione chimica e microrganica, altissimamente protettiva, dei sofisticatissimi strati biochimici e biologici sovrastanti la superficie cutanea, ABBASSA DRASTICAMENTE LE IPERCOMPLESSE DIFESE DEL NOSTRO ORGANISMO, ED E', QUINDI, ADDIRITTURA FORTEMENTE DANNOSO.

L'assoluta e totale innocuità, anzi, a rigore scientifico, ADDIRITTURA LA MASSIMA UTILITA' DI QUALSIASI MICRORGANISMO (virus, batteri, protozoi, ecc.), NEI CONFRONTI DI UN ORGANISMO DISINTOSSICATO (quindi in fase di alimentazione naturale, adatta, cioè, alla sua specie) è spiegata nel capitolo relativo alla patologia moderna.

Altra ottima notizia
(ed ennesima prova scientifica che la specie umana è malivora):

COL MELARISMO SI DIMEZZA IL NUMERO DI ORE A NOTTE NECESARIE PER IL RIPOSO, E ADDIRITTURA CI SI SVEGLIA ENORMEMENTE PIU' RIPOSATI ED ESTREMAMENTE CON PIU' ENERGIA FISICA E MENTALE

Come già accennato, il metabolismo del fruttosio, esclusivo unicamente della fisiologia innescata dalla biochimica della mela, sembra persino miracoloso: i melariani notano una estrema diminuzione del numero di ore di sonno necessarie per il riposo notturno, rispetto ad assolutamente tutti gli altri modelli "alimentari" (mediamente di 8 ore da onnariana a vegan-crudista),

E ANCHE UNA COSPICUA DIMINUZIONE DI ORE DI SONNO NECESSARIO RISPETTO ADDIRITTURA AD UNA "ALIMENTAZIONE" FRUTTARIANA, passando, ad esempio, dalle mediamente 6 ore dei fruttariani, alle mediamente 4 ore dei melariani, MA SOPRATTUTTO SEMPRE CON LA SENSAZIONE STUPENDA, anche rispetto al fruttarismo, DI SVEGLIARSI ENORMEMENTE PIU' RIPOSATI E STRAPIENI DI ENERGIA FISICA E MENTALE.

Ancora per un'ennesima volta, BASTEREBBE SOLO ED UNICAMENTE QUESTO DATO DI FATTO PER DIMOSTRARE CHE LA SPECIE UMANA E' MALIVORA.

NOTIZIE STUPENDE ulteriori per le donne

(ed ennesima prova scientifica che la specie umana è malivora): solo ed esclusivamente con il MELARISMO LA FISIOLOGIA TOTALE DELL'OVULAZIONE DIVENTA PERFETTA, SCOMPARENDO FINALMENTE L'EMORRAGIA MESTRUALE MENSILE (e qualsiasi altro siero) e, con essa, TUTTA LA EVENTUALE SINTOMATOLOGIA DOLOROSA COLLATERALE

In natura, per le femmine di tutte le specie animali relative, esiste il fenomeno fisiologico totale dell' OVULAZIONE (CICLO OVARICO, circa mensile) (comprese le sue tre fasi principali), MA, SEMPRE IN NATURA, MAI ESISTE ASSOLUTAMENTE IL FENOMENO DELLA COSIDDETTA "MESTRUAZIONE", dove per "mestruazione" (per stessa definizione scientifica) si intende L'EMORRAGIA MENSILE (anche il termine stesso "mestruo", deriva semplicemente da "mensis"= mese) che accompagna la fase finale (endoriassorbitiva) del ciclo ovarico.

Per essere più chiari, anche per le donne, IL CICLO DELL'OVULAZIONE E' PERFETTAMENTE NATURALE, ma, esattamente al contrario, LA PERDITA DI SANGUE, VERA E PROPRIA EMORRAGIA, che circa ogni mese (in fase finale di ciclo ovarico) hanno le donne in questa società, E' UNA CONDIZIONE DEL TUTTO INNATURALE, E, più esattamente, E' UNA GRAVE PATOLOGIA, SINTOMO PRECISO DI FORTE INTOSSICAZIONE ASPECIFICA (cioè intossicazione dovuta a "cibi" inadatti alla sua specie, che vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia moderna).

Infatti, in natura, ASSOLUTAMENTE NESSUNA SPECIE ANIMALE HA LE COSIDETTE "MESTRUAZIONI", cioè, nessun animale ha una emorragia relativa al ciclo ovarico, nessun animale, insomma, in natura, perde una sola goccia di sangue a causa della fisiologia totale della propria ovulazione. Solo ed esclusivamente gli animali posti nelle case, negli zoo, ed in tutte le altre situazioni che impongono loro una "alimentazione" del tutto innaturale, come specialmente il "cibo" cotto, che, appunto, e' inesiste in natura, o semplicemente una "alimentazione" inadatta alla loro specie, possono arrivare ad avere una piccola perdita di sangue durante la fase finale del ciclo ovarico, dovuta, dunque, esclusivamente all'imposizione anche di "cibo" cotto o, addirittura, inadatto alla specie dell'animale stesso;quindi,

ANCHE LA FEMMINA DI ANIMALE NON UMANO, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN CASO DI CONSUMO DI "CIBO" INADATTO ALLA SUA SPECIE, PUO' AVERE EMORRAGIA "MESTRUALE".

La femmina della specie umana, la donna, e' uguale: se si "alimenta" nella maniera più innaturale e inadatta alla sua specie, cioè con il modello alimentare onnariano, avrà l'emorragia "mestruale", ma potrà avere, come spesso accade, anche qualche suo sintomo doloroso collaterale (come dolori addominali, emicrania, nausea, ecc.).

Passando ad un modello "alimentare" vegetariano, essendo ancora presenti sottoprodotti animali, il miglioramento è mediamente lievissimo, spesso quasi impercettibile.

Un miglioramento sensibile, invece, si ha passando ad un modello "alimentare" vegan (raggiunto con la predetta gradualità e praticato correttamente, cioè solo ed esclusivamente come sopra descritto), durante il quale, anche migliorando il ciclo dell'ovulazione totale, l'emorragia "mestruale", cioè la perdita di sangue, diventerà circa la metà, sia come quantità di sangue fuoriuscito, sia come numero di giorni di emorragia "mestruale" stessa, mediamente dimezzando anche tutti gli eventuali sintomi dolorosi collaterali.

Un ulteriore piccolo miglioramento si ha passando, poi, ad un modello "alimentare" vegan crudista (sempre raggiunto con la predetta gradualità e praticato correttamente, cioè solo ed esclusivamente come sopra descritto).

UN MIGLIORAMENTO QUASI TOTALE, si ha, invece, passando ad un modello alimentare FRUTTARIANO (sempre raggiunto con la predetta gradualità e praticato correttamente, cioè solo ed esclusivamente come sopra descritto). durante il quale, anche con un MIGLIORAMENTO QUASI COMPLETO DEL CICLO DELL'OVULAZIONE TOTALE L'EMORRAGIA "MESTRUALE", mediamente, FINALMENTE CESSA DEL TUTTO, cioè la perdita di sangue, mediamente, è nulla, anche se rimane, al suo posto, ancora una piccola fuoriuscita (mensile) di siero di colore giallastro, annullandosi, mediamente, anche tutti gli eventuali sintomi dolorosi collaterali.

Passando, infine, all'unico modello alimentare adatto alla nostra specie, quello MELARIANO [al limite, fruttariano 3], (sempre raggiunto con la predetta gradualità e praticato correttamente, cioè solo ed esclusivamente come sopra descritto). si giunge finalmente ad una FISIOLOGIA DEL CICLO DELL'OVULAZIONE TOTALE ASSOLUTAMENTE PERFETTA, con la quale l'emorragia "mestruale", cioè la perdita di sangue, E' DEL TUTTO NULLA, ma, addirittura, anche la fuoriuscita (mensile) di siero giallastro, relativa alla fase fruttariana, SI AZZERA COMPLETAMENTE (in quanto viene perfettamente riassorbito proprio nell'ultima fase di ciclo ovarico relativa all'endoriassorbimento), portando anche assolutamente tutti gli eventuali sintomi dolorosi collaterali ALL' ASSENZA PERFETTAMENTE TOTALE. Finalmente, col MELARISMO, NEMMENO C'E' PIU' BISOGNO NEMMENO DELL'ASSORBENTE (e, ovviamente, della relativa spesa mensile).

Solo ed esclusivamente col melarismo, quindi, IL BENESSERE PIU' ALTO E COMPLETO DELLA DONNA SARA' PRESENTE IN MANIERA PERFETTA PERSINO ANCHE DURANTE I COSIDDETTI "GIORNI DEL CICLO", durante i quali la donna nemmeno si accorge nemmeno di averli (come tutte le altre specie animali relative in natura), e in cui, finalmente,

durante tutta la loro durata, SENZA AVERE MAI PIU' NESSUN TIPO DI ACCORTEZZA O LIMITAZIONE PARTICOLARE (come quella ad esempio di ricordarsi gli assorbenti, controllare la quantità di sangue perso, cambiare l'assorbente, evitare il bagno in acqua, ecc.).

Ovviamente, come vedremo meglio più avanti, oltre a diventare perfetta la fisiologia totale dell'ovulazione, diventa perfetta anche la capacità riproduttiva totale della donna, con parto naturale finalmente assolutamente indolore, e tutti gli altri parametri del tutto perfetti.

Precisazione terminologica (che il medico e ginecologo informato conoscono): la fenomenologia biologica della cosiddetta "ipomenorrea", in fase di "alimentazione" piu' naturale della nostra specie,

E' INDICE DI FISIOLOGIA OVULATORIA IN NETTO MIGLIORAMENTO,

e la fenomenologia biologica della cosiddetta "amenorrea", in fase di alimentazione naturale, costituisce proprio esattamente la situazione di FISIOLOGIA OVULATORIA ASSOLUTAMENTE PERFETTA
Siccome l'emorragia "mestruale", cioè la perdita di sangue (che, in fase di intossicazione aspecifica, accompagna l'ovulazione), è, solo terminologicamente, detta anche "menorrea" (da "menos"= mese, e "rein"= scorrere, cioè letteralmente "scorrimento di sangue, mensile"), la sua diminuzione, in fase di "alimentazione" più naturale, come in fase vegan e vegan-crudista, è di conseguenza detta anche "ipomenorrea" (da "ipo"= meno, cioè, in particolare, letteralmente "minore scorrimento di sangue"),

CHE E' UN SINTOMO DI SICURO MIGLIORAMENTO DEL CICLO DELL'OVULAZIONE TOTALE, ed infine, la mancanza totale di scorrimento di sangue, in fase di alimentazione naturale, come quella melariana (o, al limite, fruttariana), (così come perfettamente la natura ha, da milioni di anni, già predisposto, in assolutamente tutte la specie animali relative, a maggior ragione, compresa del tutto quella anche più fisiologicamente evoluta, la specie umana) è ovviamente, ancora di conseguenza, sempre solo terminologicamente, detta "amenorrea" (da "a" privativo, cioè letteralmente "assenza di scorrimento di sangue"),

LA QUALE ALTRO E' CHE, FINALMENTE, LA CONDIZIONE FISIOLOGICA ASSOLUTAMENTE PERFETTA DEL CICLO DELL'OVULAZIONE TOTALE [la natura, per la semplice tendenza al ciclo (atomico) H, mera espressione del basilare principio biofisico della minima energia, non accompagnerebbe mai un fenomeno, specialmente così positivo ed espressione assoluta della vita, come l'ovulazione (totale), proprio con il suo esatto contrario, il fenomeno più grave in assoluto, espressione assoluta addirittura della morte, che possa mai avvenire ad una qualsiasi specie animale, in qualsiasi parte del mondo: la perdita del suo stesso sangue, del tutto un letterale dissanguamento, cioè una vera e propria grave emorragia].

Quindi il termine "amenorrea" (cioè "assenza di scorrimento di sangue"), in fase di alimentazione naturale, niente ha a che vedere con la benchè minima alterazione, ma addirittura, esattamente del tutto al contrario, è il segnale preciso CHE E' PERFETTAMENTE GUARITA quella che andrebbe correttamente definita

LA GRAVISSIMA PATOLOGIA DELLA MESTRUAZIONE (cioè del gravissimo dissanguamento mensile),

sintomo chiarissimo di una fortissima intossicazione aspecifica (spiegata nel capitolo relativo alla patologia moderna) della femmina della specie umana.

Altre notizie stupende per le donne: solo con il MELARISMO avviene un perfezionamento totale della capacità fertile della donna,

Accompagnato dall'annullamento completo dei dolori in fase di gravidanza, ma addirittura dall'azzeramento più totale dei dolori in fase di parto

Il melarismo (a cominciare dal fruttarismo 3), con il perfezionamento completo della fisiologia totale dell'ovulazione, porta per prima cosa alla scomparsa di qualsiasi patologia, fino al benchè minimo dolore, anche durante tutta la gravidanza, e succesivamente, alla scomparsa più totale anche di qualsiasi tipologia di benchè minimo dolore addirittura in fase di parto.

Ciò avviene per il raggiungimento finalmente DELLA PERFETTA FUNZIONALITA' DI TUTTI GLI ORGANI ED APPARATI DELL'INTERO ORGANISMO, ma anche per la ASSOLUTAMENTE PERFETTA IDRATAZIONE ED ELASTICITA' SPECIALMENTE PROPRIO DEI TESSUTI IN ESTREMA ESTENSIONE direttamente interessati, in particolare, proprio anche durante la fase di uscita del bambino dal canale vaginale.

Finalmente la donna partorisce SENZA ALCUN MINIMO DOLORE, ma persino senza la benchè minima necessità di qualsiasi ausilio artificiale (farmacologico, cesareo, ecc.), ferma restando la convenienza all'assistenza di esperti.

Fisiologia naturale post-natale: dettagli fisiologici, Lattazione e svezzamento

Con l'alimentazione adatta alla nostra specie, il melarismo (in questo caso della donna), avvengono anche moltissime altre cose del tutto meravigliosamente naturali, tra le quali:

- subito dopo l'uscita dall'utero, l'innesco della respirazione polmonare del bambino avviene del tutto spontaneamente, senza la benchè minima necessità di urto meccanico [il famoso e dannosissimo (per tutti i suoi delicatissimi organi) "schiaffo sulla schiena"], che diventa invece assolutamente solo altamente dannoso ed addirittura patologico;

- il cordone ombelicale, come per qualsiasi altra specie animale relativa, mai va tagliato artificialmente, in quanto il suo distacco deve essere naturale, assolutamente graduale e spontaneo; un taglio prematuro del cordone ombelicale impedisce alle ultime preziosissime sostanze biochimiche di essere assorbite ed assimilate, compromettendo per sempre tutto il futuro sviluppo equilibrato dell'organismo;

- la composizione biochimica del latte materno diventa perfettamente equilibrata, abbondante e dolce;

- la durata dell'allattamento, usando solo ed esclusivamente il latte materno (umano), nella specie umana, deve essere di alcuni anni, fino al quasi completamento della prima dentizione (messaggio della natura che indica l'inizio del passaggio dal cibo liquido a quello solido), dalla quale deve iniziare, per il bambino, l'aternanza del latte materno (umano) esclusivamente con le mele rosse

  [varietà stark-deliziosa, biodinamiche o almeno biologiche, da trovare ottime al gusto, mai farinose, croccanti, almeno inizialmente mai essiccate, in quantità dettata solo dalla sua fame; per il bambino, solo il primo periodo (al massimo pochi mesi) senza buccia, all'inizio (al massimo poche settimane) anche "grattuggiata" (per evitare il più possibile l'ossidazione della mela, va evitata la grattugia, ma, in maniera ancora più semplice, basta tagliare la mela a metà, togliere il torsolo, ed usare ogni singola metà della mela come una "vaschetta" dalla quale si preleva ogni boccone per il bambino direttamente strofinando col cucchiaino, solo così il resto della mela rimane sempre ancora integro, e senza processi di ossidazione)],

  (ovviamente, nei mesi, diminuendo molto gradualmente la quantità di latte materno, ed aumentando contemporaneamente la quantità di mele, come sempre seguendo solo la sua fame); la seconda dentizione (definitiva) indica lo svezzamento (il passaggio definitivo dal cibo liquido, il latte materno, a quello solido), periodo dal quale il bambino dovrà nutrirsi di solo mele rosse (sempre di varietà stark-deliziosa, biodinamica o almeno biologica, da trovare ottima al gusto, non farinosa, croccante, mai lavata o strofinata |per tutti i motivi predetti|, mangiata a morsi, anche con la buccia, che dovrà essere fina e facilmente masticabile, |anche poi in età adulta|: tendere molto gradualmente al melarismo
  salutare 1, da cui poi, negli anni, può avanzare nel predetto perfezionamento alimentare personale);

- il bambino melariano (al limite, da fruttariano 3), ha una pelle stupenda, ha la massima serenità, ED E' L'UNICO CHE MAI PIANGE, nè di giorno nè di notte, consentendo il suo sonno perfetto, e, di conseguenza, anche quello dei genitori, persino dal suo primo giorno di vita;

- la sua crescita sarà finalmente più armoniosa, naturale, e quindi anche più graduale, consentendo così all'organismo proprio quei perfezionamenti assolutamente essenziali che solo ed esclusivamente con la velocità naturale di crescita possono avvenire (la assolutamente perfetta velocità di crescita naturale è ovviamente meno esplosiva rispetto a quella, quindi, del tutto patologica e artificiale, ottenuta con l'onnarismo e comunque non fruttarismo, che costituisce, specialmente per la sua addirittura massacrante iperproteinosi, proprio la violenza peggiore in assoluto che si possa esercitare su un bambino indifeso);

- dal primo giorno della sua vita IL BAMBINO MAI SI AMMALERA' ASSOLUTAMENTE, della benchè minima e qualsiasi forma patologica, nemmeno nella prima e succesive fasi dello sviluppo, fino a tutta la sua lunghissima età adulta
- ecc.

IL PIU' BEL REGALO IN ASSOLUTO CHE UNA MAMMA PUO' FARE AL SUO BAMBINO E' ESATTAMENTE LA SUDDETTA METODOLOGIA NATURALE DI CRESCITA, che, poi, altro è quello che, a sua volta, madre natura ha previsto si effettuasse da addirittura molti milioni di anni, con il solo ed unico scopo di una vita assolutamente e stupendamente felice, che è anche l'unico ed il massimo augurio che una madre può fare a suo figlio.

I 4 MOTIVI FONDAMENTALI PER ESSERE MELARIANI

1) **GUSTO MASSIMO** (E' assolutamente sorprendente anche per il più grande goloso o cosiddetto "buongustaio" che esiste sull'intero pianeta). Anche se all'inizio, ma solo perchè intossicati, il sapore può non risultare il massimo, a mano a mano che ci si disintossica, procedendo per il predetto perfezionamento alimentare personale, si scoprirà gradualmente, con le mele (rosse) scelte bene, l'orchestra di sapori che solo ed esclusivamente una mela su questo pianeta può far avvertire al cervello della specie umana.

La sensazione di gusto è la massima in assoluto, tra tutti gli altri "cibi" al mondo, proprio perchè, così come la papilla gustativa di una specie animale qualsiasi è progettata dalla natura unicamente per gustare il suo cibo specie-specifico, ANCHE LA PAPILLA GUSTATIVA (ma, ovviamente, nel solo caso in cui è totalmente disintossicata) DI UNA SPECIE MALIVORA COME QUELLA UMANA E' PROGETTATA DALLA NATURA (in milioni di anni) SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER GUSTARE LA MELA (rossa), (come spiegheremo meglio anche nel capitolo relativo all'ecosistemica), ED ASSOLUTAMENTE NIENTE ALTRO.

Se ci sembra di provare "piacere" nel "mangiare" altri cosiddetti "cibi" è esclusivamente perchè, come abbiamo già visto, ne siamo semplicemente LETTERALMENTE DEL TUTTO DROGATI: QUALSIASI DROGATO DICE CHE LA SUA DROGA E' LA COSA PIU' BUONA.

Come predetto, infatti, le tossine provocano una dipendenza, e, quindi, una TOSSICODIPENDENZA: esattamente come la dinamica organica di tutti i tossicodipendenti, più abbiamo tossine nel corpo, più il corpo stesso ce ne chiede altre.

Quindi i "cibi" inadatti alla nostra specie, in realtà, MAI CI PIACCIONO, MA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ALLE NOSTRE TOSSINE: il meccanismo molecolare è esattamente che stati energetici simili si attraggono, QUINDI TOSSINA CHIAMA TOSSINA; dunque, sono proprio le tossine che abbiamo già dentro che ne desiderano altre, invece di noi; E' ESATTAMENTE COME UN MOSTRO CHE ABBIAMO DENTRO, E CHE CI COSTRINGE A MANGIARE IL SUO CIBO INVECE DEL NOSTRO.

DOBBIAMO, quindi, SEMPLICEMENTE FARE USCIRE QUEL MOSTRO BIOCHIMICO DA NOI, USANDO il predetto METODO (graduale) DI PERFEZIONAMENTO ALIMENTARE 6(MDA).

Una volta uscito gradualmente quel mostro, le sensazioni sono fantastiche e difficili da descrivere:
la vita diventa più allegra, il cielo più azzurro, il sole più piacevole, ci sentiamo molto meglio con noi stessi, noi medesimi risultiamo molto più piacevoli agli altri, di conseguenza, gli altri saranno molto più sorridenti nei nostri confronti, in pratica,

LA PAROLA FELICITA', CHE SI POTEVA CREDERE SOLO UN SOGNO, COMINCIA GRADUALMENTE AD ACQUISTARE UN SENSO SEMPRE PIU' REALE.

Allo stesso tempo, a mano a mano che ci si disintossica, IL NOSTRO ALIMENTO NATURALE, LA MELA, CI SEMBRERA' "STRANAMENTE" SEMPRE PIU' ASSOLUTAMENTE BUONA E GUSTOSA, e quando l'organismo ed il cervello si renderanno conto che è del tutto il cibo più gustoso che esiste sull'intero pianeta, e che è addirittura l'unica benzina al mondo che ci fa provare la piacevolissima sensazione massima di benessere, sia fisico che psichico, allora mai protemo più fare a meno, e questa volta in senso positivo, visto che ogni giorno che passerà mai sarà più verso il negativo, MA AVRA' PER SEMPRE LA FRECCIA RIVOLTA VERSO IL POSITIVO, e, quindi, ogni giorno mai più sarà in direzione dello scivolare lentamente verso l'infelicità più profonda, anche gradualmente malattia e vecchiaia, ma, del tutto al contrario,

CI SARA' ASSOLUTAMENTE SEMPRE UN PASSO IN PIU' VERSO IL PERFEZIONAMENTO DELLA PROPRIA SALUTE, ASPETTO FISICO, E DELLA PROPRIA FELICITA'. USCENDO GRADUALMENTE DALLA DROGA ("alimentare") si potrà avere anche l'onore di provare IL VERO MASSIMO PIACERE IN ASSOLUTO NEL MANGIARE, mai provato, nemmeno lontanamente, prima nell'intera vita.

Come predetto, lo stesso termine "frutta" deriva da "frui" che vuol dire proprio esattamente "godere", e lo stesso termine MELA, che deriva da "malon" che vuol dire "il frutto", significa, quindi, proprio esattamente "IL GODIMENTO" (riferito precisamente in assoluto tra tutti i cosiddetti"cibi" esistenti sull'intero pianeta).

E' stato anche SCIENTIFICAMENTE DIMOSTRATO uno dei motivi principali di ciò: moltissime sostanze chimiche della mela, come ad esempio l'ACIDO CLOROGENICO, SONO QUELLE CHE PERMANGONO PIU' A LUNGO IN ASSOLUTO, tra tutte quelle di tutti gli altri frutti e "cibi" al mondo, SULLA STRUTTURA ESTERNA DELLA PAPILLA GUSTATIVA DELLA SPECIE UMANA,

MA ADDIRITTURA NE HANNO UNA CONFORMAZIONE ASSOLUTAMENTE BIOCHIMICAMENTE COMPLEMENTARE, sia dal punto di vista dell'azione sul tessuto esterno della papilla, CHE DELL'AZIONE SULLA

TOTALE INNERVAZIONE NEURONALE DEI RECETTORI SENSORIALI ESTERNI ED INTERNI DELLA PAPILLA STESSA,

CHE SONO PROPRIO ESATTAMENTE QUELLI CHE PORTANO IL MESSAGGIO DI MASSIMO PIACERE GUSTATIVO IN ASSOLUTO AL CERVELLO UMANO [sempre, ovviamente, solo ed esclusivamente quando si raggiunge lo stadio, endo-cellulare ed eso-cellulare, di massima disintossicazione aspecifica, cioè, anche dopo pochi mesi di melarismo, raggiunto sempre unicamente nel modo graduale predetto del perfezionamento alimentare personale 6(MDA)].

2) **SALUTE E LONGEVITA' MASSIMA** I motivi principali sono già stati detti ed elencati, dall'ENERGIA FISICA E MENTALE MASSIMA, alla (come vedremo meglio più avanti) guarigione assoluta da qualsiasi malattia, alla LONGEVITA' ESTREMA, fino addirittura alla potenziale immortalità (i dettagli scientifici sono spiegati nel capitolo relativo alla gerontologia moderna).

E' poi, come abbiamo visto, è proprio solo la salute perfetta, che può portarci anche all'allegria profonda praticamente costante, fino gradualmente alla più completa e totale FELICITA'.

3) **ETICA MASSIMA** Come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, il melarismo ha di gran lunga IL MASSIMO LIVELLO ETICO tra tutti i modelli "alimentari" che esistono sull'intero pianeta. mai si uccide (o si usa) nessun animale, mai si uccide nessuna pianta (o parte di essa), ma addirittura si salvano numerosissime piante, numerosissimi animali, e persino una quantità ancora più enorme di persone umane in tutto il mondo (analisi nel predetto capitolo).

4) **ECOLOGIA MASSIMA** Come vedremo meglio sempre nel capitolo relativo all'ecosistemica, solo ed esclusivamente con il modello alimentare melariano si può raggiungere L'EQUILIBRIO NATURALE DELL'ECOSISTEMA ANTROPICO PLANETARIO, condizione assolutamente indispensabile PER AZZERARE LA SUA DISTRUZIONE TOTALE, dalla strage gionaliera per fame, ai cambiamenti climatici, alla deforestazione, alla desertificazione, alla crisi idrica mondiale, ecc. A conti di sostenibilità fatti, qualsiasi altro modello "alimentare" applicato su scala mondiale è totalmente insostenibile, ma è addirittura tecnicamente impossibile (analisi nel predetto capitolo).
Unicamente in questo modo può addirittura azzerarsi completamente l'impatto ambientale della specie umana su questo pianeta, annullando gradualmente anche la totale schiavitù della nostra stessa specie al primitivissimo e addirittura post-glaciale concetto di lavoro, verso la più totale e piena libertà personale, condizione assolutamente indispensabile per la profonda felicità, personale e dell'intero pianeta.

ATTIVITA' FISICA NATURALE (per la specie umana)

E' fondamentale, anche pochissima, ma tutti i giorni. Naturalmente, qualsiasi alimentazione, occorre accompagnarla sempre con L'UNICA ATTIVITA' FISICA NATURALE, ADATTA ALLA SPECIE UMANA: abbiamo LA STRUTTURA FISICA DEGLI ANIMALI ARBORICOLI (i primati),

L'UNICO ESERCIZIO FISICO ADATTO ALLA NOSTRA SPECIE (a parte la locomozione bipede, cioè camminare e, al limite, correre) E' PROPRIO QUELLO DI ARRAMPICARSI SU UN ALBERO (esiste anche il relativo sport, il TREE-CLIMBING, in diffusione sempre più rapida, a tal punto che è stato proposto addirittura come disciplina olimpica), l'ideale è proprio su un grande melo, l'unica struttura arborea adatta alla nostra specie, quindi, fino ad altezze di circa 5 metri (facendo attenzione).

DOPO OLTRE 60 MILIONI DI ANNI DI VITA QUASI TOTALMENTE ARBORICOLA DEI NOSTRI ANTENATI, la riattivazione di questi movimenti, per il nostro organismo, è una azione enormemente positiva, da tutti i punti di vista, da quello fisico a quello mentale.

Questo tipo di movimenti, contenendo naturalmente la distribuzione del carico muscolare assolutamente perfetta per la nostra specie (dai dorsali, ai pettorali, ai bicipiti, quadricipiti, ecc.),

COSTITUISCE L'UNICA ATTIVITA' FISICA AL MONDO CHE CONSENTE LO SVILUPPO DI UN FISICO FINALMENTE NATURALE, cioè tonico, muscoloso, con spalle larghe, e perfettamente armonioso. Per chi fosse senza la possibilità di avere un melo, o altro albero, a portata di mano, serve qualcosa che lo simuli; LA SIMULAZIONE MIGLIORE DELL'AZIONE ARBORICOLA, è costituita, per il busto, da 2 movimenti:



LE TRAZIONI ALLA BARRA

Afferrare una barra orizzontale e tirarsi su e giu con le braccia , senza forzare e, questo esercizio consente lo sviluppo ottimale di quasi tutti i muscoli del busto, specialmente dei fondamentali dorsali. E' bene alternare 2 prese: quelle con I palmi rivolti in avanti (presa prona), e quella con I palmi della mano che si guardano (presa parallela).



LE FLESSIONI PER TERRA

Una volta sdraiati per terra con faccia in giù, sollevarsi con le braccia, mantenendo il corpo "rigido", questo esercizio è molto importante per lo sviluppo dei pettorali, che, specialmente insieme ai dorsali, determinano un bilanciamento ottimale del busto.



ACCOSCIATE (SQUAT)

Partendo da posizione naturale in piedi, con questi ultimi alla larghezza delle spalle, flettersi verso il basso, mantenendo il busto verticale, e ritornare su, (sollevando anche il tallone a fine risalita, per l'attivazione muscolare anche del polpaccio), questo esercizio è molto importante specialmente per lo sviluppo dei quadricipiti femorali, i muscoli più importanti delle gambe.

Possiamo anche aggiungere, sempre che lo vogliamo questi 2 esercizi.



REMATORE INVERSO

Posizioniamo una barra, possibilmente di legno su 2 rialzi, ci posizioniamo sotto di esse afferrandola con le mani, e ci tiriamo verso di essa toccandola con il petto. E' bene alternare 2 prese: quelle con I palmi rivolti in avanti (presa prona), e quella con I palmi della mano che si guardano (presa parallela).



DIP

Posizioniamoci tra 2 segiole o 2 rialzi poste hai nostri lati. Con le braccia tese le afferriamo e poi scendiamo lentamente fino ad avere I gomiti piegati, dopodichè ci ritiriamo su.

CONSIGLI

La cosa migliore è intervallare questi 3 - 5 esercizi di braccia e gambe, nel giro di pochi minuti (in una azione arboricola avvengono addirittura simultaneamente), tutte le fasce muscolari, dai dorsali, ai pettorali, ai bicipiti, tricipiti, femorali, ecc, lavorano in modo ottimale.

E' POCO IMPORTANTE CHE L'ESERCIZIO FISICO SIA TANTO (bastano pochi minuti) MA E' ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE CHE SIA FATTO TUTTI I GIORNI,

per chi fosse sprovvisto di un melo, od albero, vicino, la cosa migliore e più semplice è comprare la barra orizzontale (in un qualsiasi negozio sportivo, o, meglio, farsela da soli con un tubolare di legno, l'ideale è poi foderata con una lamina di sughero) e fissarla MOLTO BENE (comunque, e vale anche per quelle che si installerebbero solo a pressione, aggiungere sempre viti molto larghe e molto lunghe), dentro casa, in modo che quando l'organismo lo richiede si possono effettuare tutti gli esercizi suddetti. Mai farlo come un dovere, ma solo come un grande piacere, perchè l'attività fisica naturale è nata proprio come un grande piacere, uno degli infiniti stupendi motivi per stare anche a contatto con i nostri grandi amici vegetali, che ne gioiscono assolutamente con noi, visto che ci siamo co-evoluti per molti milioni di anni in perfetta simbiosi anatomica e fisiologica.

PROGRAMMA DI ALLENAMENTO

Questa semplice e divertente attività fisica, deve esser fatta TUTTI I GIORNI, per scolpire ancor di più la nostra massa muscolare, il tutto, in modo semplice e naturale, per pochi minuti al giorno. Bastano circa 12-30 minuti al di' di puro divertimento, con noi, ed il nostro corpo. Ogni movimento, per la massima sicurezza ed efficacia e' bene che sia intervallato da una piccola pausa: una ripetizone, pausa, ripetizione, pausa etc...

Possiamo anche unire 2 esercizi insieme: una ripetizione di trazione, poi una di accosciate, pausa e ripetiamo. Stessa cosa con le flessioni a terra. Le pause tra una ripetizione e l'altra devo essere sufficenti a farvi completare le 12 ripetizioni, senza sforzi, in modo del tutto naturale.

Una prima semplice programmazione e' qulla di partire con un minimo di ripetizioni per esercizio, ed aumentarle nel tempo. Arrivati al nostro obbiettivo, riduciamo la pausa tra una ripetizone e l'altra, e se vogliamo aumentiamo le ripetizioni. L'esercizio fisico deve esser come il respiro, semplice e senza sforzo. In Natura, tutto e' fatto in questo modo, perchè mai dovremmo fare il contrario?

La mentalità distruttiva del "nessuna sofferenza, nessun risultato", ha portato a troppi esseri umani ad infornuti più o meno gravi. Dove c'e' sofferenza c'e' assenza di risultati, quindi c'e' qualcosa da rivedere nel nostro programma di allenamento. Tra un esercizio e l'altro, e' bene riposare un poco, per poter recuperare e smaltire **l'eventuale acido lattico. Il miglior modo per raggiungere tale obbiettivo, e' quello di fare dei respiri diaframmatici, e seguire il nostro istinto più che l'orologio. Con il tempo, e con l'esperienza, riusciremo a capire quando e' il momento giusto per effettuare l'esercizio** successivo. All'inizio possiamo contare I respiri profondi, ed un buona base e' quella di circa 20-30 respiri.

L'esercizio fisico segue lo stesso principio dell'alimentazione Melariano: **Minima energia**, dove conta la qualità più che la quantità. E' bene fare I nostri esercizi a stomaco vuoto, che e' la situazione naturale: nessun animale prima di procurarsi il cibo mangia.. L'orario migliore per il nostro allenamento e' dopo le 17:00, nel pieno rispetto dei ritmi circadiani. La massima potenza muscolare si ha' proprio intorno all'orario dell'unico pasto naturale per l'essere umano: LA CENA.

Dopo l'esercizio, e' bene cenare, in quanto c'e' il massimo assorbimento dei nutrienti, che, dato l'allenamento verranno maggiormente direzionati verso I muscoli.

RISCALDAMENTO

E' bene effettuare un piccolo riscaldamento pre allenamento. Sono sufficente dei movimenti circolari di tutte le articolazioni, sopratutto le spalle. Ottima pratica e' fare anche un solo minuto di respirazione profonda, diaframmatica, in modo da alcalinizzare l'organismo e prevenire qualsiasi acidificazione. Questo, và effettua sia prima che dopo l'allenamento.

CRESCITA MUSCOLARE, NOTE FINALI

Un programma di allenamento, deve prima di tutto, puntare all'aumento della forza, che e' una capacità del nostro corpo. Un volta aumenta, per il livello di muscolatura attuale, il corpo “e' costretto ad aumentare la muscolatura.

Questo ciclo forza-muscolo, viene ripetuto di volta in volta: “**..aumento forza, poi aggiungo un po' di muscolo e ripeto..**”

La crescita muscolare ' un processo lentissimo e velocissimo, questo dipende da come noi interpretriamo I tempi della natura: cosa sono 3-5 anni confrontati hai 4 miliardi di anni della terra? Quando puntiamo ad accrescere la nostra massa muscolare, e' sempre bene progettare il nostro programma di allenamento a lungo termine, senza fretta.

Ogni ottima programmazione, deve avere alcuni punti saldi:

01) **Progressiva**, ovvero contenere un miglioramente delle prestazioni fisiche, nel tempo.
02) **Costante nel tempo.** E' inutile allenarsi per un anno o 2 e poi smettere
03) **Sostenibile**. Inutile sottoporsi a sforzi inutili, seguire il mantra: Minima Energia, Meno e' meglio.

Ricordiamoci che la Sarcoperia, ovvero la perdita di massa muscolare dovuto principalmente all'eta, e' di circa l'8% a partire dai 40 ogni decade, e del 15% dopo I 70 anni!! Davvero poco.

Questi dati ci danno una Misura di quanto poco esercizio ci può servire per aumentare e mantenere la massa muscolare. Anche con una o due sessioni alla settimana (sotto un esempio), fatte con il giusto volume può far aumentare e mantere la muscolatura.

E punti vanno ben tenuti in mente :

01) **PH**: più rimaniamo nella finestra ottimale più blocchiamo e fermiamo la perdita proteica.
02) **Fabbisogni Indotti:** Meno sprechi nutrizionali, meno stress fisico e perdite funzionali.
03) **Rallentamento metabolismo:** A parità di calorie ingerite, un metabolismo più lento e' più efficente.

Altro punto importante, e' quello di evitare il cedimento muscolare, ovvero l'incapacità di eseguire un'altra ripetizione. Quasi sempre, tale fenomeno, e' dovuto all'acidificazione dei muscoli dovuto alla presenza di acido lattico, il quale acidifica tutto il corpo.

La presenza dell'acido lattico e' chiaramente percepibile con il famo bruciore muscolare. Come ben sappiamo, ogni variazione di PH e' potenzialmente distruttivo per il corpo, e' va' evitato.

Allenamento: Un Passo Avanti

Volendo, possiamo aggiungere 2 esercizi, con dovuta accortezza, che posso farci divertire e sviluppare un fisico meraviglioso: gli scatti, ed il sollevamento dei pesi sulla testa.

Per gli scatti, si tratta di correre per un determinato numero di metri, e poi ripetere per un numero di volte stabilito. Possiamo partire con 12 scatti, e 30 metri. Arrivati a 100m di scatto, possiamo aumentare il numero degli stessi. L'importante e' mai forzare, e seguire il corpo. La velocità dello scatto deve esser determinata dalle nostre capacità attuali, che con il tempo aumenteranno.

Tra uno scatto e l'altro, quando si ritorna alla posizione di partenza, e' bene respirare diaframmaticamente. Questo, aiuta a smaltire l'eventuale acido lattico, e permette un recupero più veloce.

Questo esercizio, essendo meno naturale dei sovra esposti, deve esser eseguito meno frequentemente. Una volta a settimana e' più che sufficiente. Ogni settimana, possiamo aumentare un pochino la distanza, e il numero di ripetute, una volta arrivati ai 100m Il sollevamento dei pesi segue gli stessi principi sovra esposti: una volta alla settimana, partendo da

un peso che può esser sollevato da terra in modo agevole sopra la testa. Si parte da un minimo di ripetizioni, e poi ogni settimana, per almeno 3 settimane vengono aumentate.

Al termine delle 3 settimane, si aumenta il peso di un pò e contemporaneamente si diminuiscono le ripetizioni, per poi ripetere il ciclo. Dopo diversi cicli, il peso, potrebbe esser percepito come elevato. In questo caso, basta fare un passettino in dietro, e ripetere questi cicli.

Tra una ripetizione e l'altra, e' sempre bene mettere una piccola pausa in modo da recuperare, ed evitare di correre e fare il tutto in modo meccanico ed inutile. L'esecuzione e' molto semplice: si tratta di mettere 2 pesi ai nostri fianchi, scendere nella posizione dello squat e salire. Una volta in dritti in piedi, solleviamo I pesi sopra la testa. Questa esecuzione ci dà la possibilità di fare più repitizioni possibili.

Ogni movimento deve esser effettuato in modo fluidi, senza strappi, senza tirare I pesi, e senza correre, la sicurezza prima di tutto.

NATURALIZZAZIONE 3M

Il MELARISMO (salutare), (o, al limite, il fruttarismo |sostenibile|) HA UN SENSO SOLO SE ATTUATO PER TUTTA LA VITA; la sua realizzazione è assolutamente SEMPLICISSIMA, ma SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se si attua in modo NATURALE: cioè tramile la NATURALIZZAZIONE 3M.

Come predetto, il cosiddetto "cibo" aspecifico, cioè inadatto ad una specie animale, è TOSSICO, e crea proprio la più profonda delle DIPENDENZE, appunto TOSSICO-DIPENDENZE: dunque, a rigore scientifico, il cosiddetto "cibo" aspecifico è esattamente la DROGA PIU' PROFONDA IN ASSOLUTO. Per poter comprendere il motivo per cui il nostro organismo può ottenere l'USCITA DEFINITIVA dalla DIPENDENZA delle droghe "alimentari" [per USCITA si sottindende, ovviamente, sempre al 100%, in quanto anche se qualsiasi droga "alimentare" viene portata al livello minimale, il suo GRADO DI ASSORBIMENTO, che è inversamente proporzionale alla quantità, AUMENTA ENORMEMENTE, causando la stessa tipologia di danni profondi di una quantità superiore, solo di poco inferiore a quella di una grande quantità] SOLO ed ESCLUSIVAMENTE seguendo i dettami della NATURA (che ci ha strutturato in miliardi di anni), e, dunque, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE tramite la postdetta naturalizzazione 3M, occorre precisare il quadro più esatto della situazione in cui si trova oggi la specie umana, quindi compreso noi stessi.

Innanzi tutto, va precisato che, ovviamente, sempre a rigore scientifico, soprattutto relativamente al fenomeno biofisico della DIPENDENZA (specialmente da cosiddetto "cibo" aspecifico), mai può esistere l'organismo umano (come elemento separato dalla realtà), ma il SISTEMA ORGANISMO UMANO-NICCHIA ECOLOGICA
[la nicchia ecologica di un organismo animale, è l'unità ambientale (biofisica) SPECIE-SPECIFICA occupata dall'organismo stesso, costituita dall'insieme delle sue infinite interazioni ipercomplesse con il resto del proprio ecosistema specie-specifico (restante componente animale, vegetale e minerale)].

Ora, specialmente le predette glaciazioni (viste nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna), avendo determinato una forte alterazione tossica dell'intero ecosistema antropico, hanno determinato, di conseguenza, soprattutto una FORTISSIMA ALTERAZIONE TOSSICA dell'estremamente più delicato sistema organismo umano-nicchia ecologica, e cioè, del SISTEMA ORGANISMO-COMPONENTE SOCIO/AMBIENTALE di ciascuno di noi.

Le ALTERAZIONI TOSSICHE di questo delicatissimo sistema sono risultate sempre ENORMEMENTE PIU' PROFONDE ed INTERCONNESSE.

In particolare, le interazioni reciproche (dal livello elettromagnetico, a non barionico, fino a livello biologico) sono risultate tali che E' SEMPLICEMENTE IMPOSSIBILE ripristinare la fisiologia naturale di un organismo umano, SENZA CONTEMPORANEAMENTE ripristinare la fisiologia naturale della COMPONENTE SOCIO-AMBIENTALE personale in cui l'organismo stesso è COMPLETAMENTE IMMERSO (anche in quanto determina assolutamente INFINITE interazioni microparticellari ipercomplesse, che azionano letteralmente TUTTA la nostra fisiologia, da quella NEURO-PSICHICA, a quella della restante parte dell'intero organismo).

E' anche per questo motivo fondamentale che, proprio per USCIRE DEFINITIVAMENTE DALLA DIPENDENZA DELLE PROFONDISSIME DROGHE "ALIMENTARI", è DEL TUTTO ESSENZIALE la predetta naturalizzazione 3M, essendo essa l'UNICO MODO naturale, che, agendo

CONTEMPORANEAMENTE SU TUTTE E TRE LE COMPONENTI DELLA NOSTRA suddetta DIPENDENZA,

1) componente dell'organismo (detta 1°M, poi vedremo perchè),
2) componente SOCIALE (2°M),
3) componente AMBIENTALE (3M°),

tutte relative alla persona singola, consente di continuare assolutamente SENZA PIU' VOGLIE TOSSICHE, ma finalmente anche COL MASSIMO PIACERE, personale e collettivo, l'ALIMENTAZIONE NATURALE DELLA NOSTRA SPECIE (melarismo, o, al limite, fruttarismo, entrambe ovviamente al 100%), in maniera DEL TUTTO SPONTANEAMENTE DEFINITIVA.

[Si usa il termine "3M", proprio in quanto il fattore "M" (=Malivorismo; rimane "M" anche in tutte le altre lingue in quanto deriva dall'antichissimo "Malon"= "il frutto"=mela), riguardando l'ALIMENTAZIONE naturale di una specie, e, quindi, riguardando assolutamente OGNI SINGOLA MICRO-PARTICELLA DI CUI IL NOSTRO ORGANISMO E' COMPOSTO (compreso l'intero ASSETTO INTERATTIVO PSICO-FISICO NATURALE con la realtà esterna), è lo STRUMENTO assolutamente CENTRALE e DEL TUTTO ESSENZIALE, realizzando il quale, come vedremo meglio anche più avanti, si ottiene, come CONSEGUENZA PERFETTAMENTE AUTOMATICA, il RIASSETTO graduale e TOTALE, di assolutamente TUTTI gli altri aspetti della nostra vita, fino all'OBIETTIVO della nostra stupenda e completa FELICITA']. Ecco perchè, anche la DISINTOSSICAZIONE aspecifica, piacevole, ma soprattutto totale e DEFINITIVA, comporta

NECESSARIAMENTE una azione CONTEMPORANEA su TUTTE E TRE LE NOSTRE PREDETTE COMPONENTI.

TENTARE DI RIMANERE DISINTOSSICATI IN UNA NICCHIA ECOLOGICA (socio-ambientale) INTOSSICATA, E' COME TENTARE DI RIMANERE PULITI TUFFANDOSI NUDI IN UN LAGO DI FANGO: **E' ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE.**

[E' indispensabile DI RICORDA SEMPRE CHE questo concetto totalmente essenziale, poichè anche solo la minima sottovalutazione di questo fenomeno sistemico ORGANISMO-NICCHIA ECOLOGICA, e quindi del suo approccio assolutamente integrato e CONTEMPORANEO (specialmente del 2°M, come vedremo meglio), porta le persone (come purtroppo sta avvenendo, ancora oggi, nella quasi totalità dei casi di tutto il mondo) che si trovano in transizione verso la nostra alimentazione naturale, in una situazione di sempre più insalubre e scoraggiante condizione psico- fisica, costituita principalmente da una vera e propria MICIDIALE ALTALENA "ALIMENTARE",

tra il tentativo di una alimentazione naturale definitiva e l'assolutamente inevitabile (sempre se non si attua il 2°M, oltre che il 3°M, che, come vedremo meglio anche più avanti, sono proprio i due parametri DEL TUTTO ESSENZIALI di DISINNESCO DELLA DIPENDENZA) ritorno all'intossicazione precedente, ma addirittura in maniera ancora maggiormente avvilente, fino ad una sempre più profonda e costante insoddisfazione ed infelicità (anche incolpando se stessi, pensando di avere insufficiente cosiddetta "forza di volonta", quando invece, come abbiamo visto,

NESSUNA "FORZA DI VOLONTA'" AL MONDO PUO' RIUSCIRE AD EVITARE DI SPORCARSI DI FANGO NUOTANDOCI NUDI DENTRO); anche e soprattutto in questi casi, invece, mai bisogna scoraggiarsi, ma, del tutto al contrario,

CONCENTRARE ASSOLUTAMENTE TUTTE LE PROPRIE ENERGIE verso la realizzazione più totale della presente NATURALIZZAZIONE 3M (sempre sopratutto 2°M e 3°M), che è proprio esattamente l'UNICO MODO AL MONDO per uscire da quel lago di fango, arrivando poi finalmente allo stupendo letterale paradiso terrestre del punto 3°M, dove si scoprirà che quello che prima sembrava talmente difficile da apparire impossibile (come l'alimentazione fruttariana o melariana definitive, o oltre) è invece di una incredibile facilità, e addirittura di una SORPRENDENTE SPONTANEITA' (è il nostro stesso organismo, che, riposto semplicemente nella sua nicchia ecologica |SOCIO-ambientale| specie-specifica, sempre per il potentissimo principio della minima energia |ormai senza ostacoli|, riattiva automaticamente tutti i sistemi più evoluti e sofisticati di ripristino del più totale perfezionamento del ciclo H); forza ragazzi, quindi, ora che saprete finalmente come fare, il vostro futuro, è solamente nella vostra stessa NATURALIZZAZIONE 3M (totale)].

In altri termini, PER ATTUARE IL MELARISMO E' MOLTO SEMPLICE: BASTA RISPETTARE LA NOSTRA NATURA, PERO' ASSOLUTAMENTE TUTTA LA NOSTRA NATURA (ecco perché il termine “NATURALIZZAZIONE” 3M).

Se fossimo in un mondo già totalmente di persone normali (cioè naturali, quindi melariane) avremmo zero difficoltà ad esserlo anche noi, primo, perchè LO SAREMMO A PARTIRE DALLO SVEZZAMENTO, e, quindi, lo faremmo con assoluta normalità e addirittura banalità (come è gia successo alla specie umana persino per 5,2 milioni di anni, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia), e, secondo, perchè SAREMMO SEMPRE CIRCONDATI DA PERSONE CHE LO SONO , anche nei fine settimana, feste, ecc., quindi, avendo nessuna "voglia" tossica indotta da altri.

Siccome, però, ci troviamo in una società che sta ancora riavanzando verso un modello sociale prima sostenibile e poi naturale,per poter riuscire a ripristinare, prima di tutto per noi singoli, il modello alimentare (e quindi poi di vita) adatto alla nostra specie, proprio per la nostra FELICITA', dobbiamo assolutamente attuare questa naturalizzazione almeno del nostro stile di vita di base: cioè esattamente questa assolutamente essenziale NATURALIZZAZIONE 3M.
Come predetto, la NATURALIZZAZIONE 3M è anche del tutto l'UNICO "SEGRETO (naturale)" (che sognano tutti quelli che desiderano una vita a salute massima, che è assoluamente l'unico modo per ottenere la felicità massima e profonda) PROPRIO PER EVITARE DI AVERE "VOGLIE" TOSSICHE (che, ovviamente, sono sempre patologiche e artificialmente indotte, e mai naturali) di droghe "alimentari" (cioè del "cibo" inadatto alla nostra specie, e quindi massimamente patologico per il corpo e depressivo ed intristente per la mente).

La NATURALIZZAZIONE 3M è semplicissima; si basa su 3 piccole attuazioni, ovvero naturalizzazioni (è indispensabile effettuarle CONTEMPORANEAMENTE, specialmente le prime due, ma almeno cominciando da SUBITO ad organizzarsi per la terza):

1°M,
2°M,
3°M.

1°M) ["M"=Melarismo (personale); (almeno dal fruttarismo 3)]:

La naturalizzazione 1°M è quella che riguarda direttamente se stessi, e, va sempre sottolineato, è totalmente indispensabile attuarla CONTEMPORANEAMENTE alla 2°M e 3°M. Prima di tutto occorre informarsi, specialmente leggendo con la massima attenzione questo testo (derivato dalla sinergia mondiale di centinaia di scienziati, da tutti i campi della scienza), capire bene i motivi fondamentali di tutto quanto qui esposto, ed arrivare alla essenziale

consapevolezza assoluta che TUTTO CIO' CHE E' MELA DIVERSO (o, al limite, frutta), essendo inadatto alla specie umana, E' PER NOI ESTREMAMENTE TOSSICO.

Poi, dopo aver effettuato il predetto PERFEZIONAMENTO ALIMENTARE PERSONALE almeno fino al fruttarismo 2, sia per continuare addirittura con meno eventuali "voglie" tossiche indotte, sia per poter diventare poi melariani 1, almeno finchè si è costretti a rimanere all'interno di questo modello di sviluppo, completamente innaturale (vedremo poi come uscirne facilmente nel punto 3°M), conviene passare gradualmente al fruttarismo 3, la cui struttura, come abbiamo visto, è definita "5-2", cioè, ogni settimana,
melarismo 1 per 5 giorni (ad esempio, dal lunedì al venerdì) e fruttarismo 2 per 2 giorni (ad esempio, il sabato e la domenica).

In altri termini, conviene dividere la settimana in 2 parti:

La parte che và dal lunedì al venerdì, in cui si può effettuare anche un melarismo 1, in quanto, in quei giorni, di solito, si lavora, e, quindi, si è più distratti dal lavoro stesso, ma è anche molto più facile evitare occasioni, ad esempio, di cene con amici, o parenti, o eventuali altre situazioni di possibile induzione di "voglie" tossiche;

La parte del sabato e domenica, in cui conviene effettuare un fruttarismo 2, in quanto, in quei giorni, invece, di solito, si vedono anche gli amici, o parenti, e, se capita di cenare con loro, viene più facile allargarsi ad applicare una cena fruttariana, anche utilizzando i piatti più sfiziosi del predetto ricettario fruttariano, fino addiritura, ad esempio, alla squisitissima predetta lasagna fruttariana.

Questo ci consente:

- sia, col melarismo 1, di rimanere perfettamente disintossicati tutta la settimana, con le massime energie psicofisiche in assoluto e la massima sensazione di salute e allegria, tutto necessario anche per risultati molto superiori nel lavoro, e specialmente con una fatica infinitamente inferiore (da cui anche eventuale velocità di carriera molto più grande),

- e sia, allo stesso tempo, di poterci lasciare (anche la consapevolezza durante la settimana di) un doppio "sfogo" mentale fruttariano 2, il sabato sera e la domenica sera, ma addirittura, anche in coincidenza a quando si può essere costretti, volendo rimanere con gli amici, o parenti, (nel punto 2°M vedremo come migliorare anche queste situazioni) magari anche a cena con loro, ad eventualmente vedere altre cose oltre la frutta, e, di conseguenza, questi 2 nostri allargamenti serali al fruttarismo, anche i più sfiziosi in assoluto come quelli del predetto menù fruttariano, ci consentono il massimo annullamento di eventuali "voglie" tossiche indotte [ricordare che, almeno fino a che si è costretti a partecipare a pasti in ristoranti (o analoghi) non fruttariani,

il fruttariano può comunque ordinare (li hanno quasi sempre):

- un piatto di pomodori, olive e olio d'oliva;
- come eccezione scottata, un piatto di zucchine, peperoni e melanzane scottate;
- a finire, una macedonia;
- o dei frutti interi disponibili;

il melariano può comunque ordinare (quasi sempre):

- un piatto di predetta insalata melariana (spiegandola);
- come eccezione scottata, un piatto di mele scottate;
- a finire, un frullato di mele;
- o un centrifugato di mele.

Come vedremo meglio più avanti, però, specialmente dalla fase fruttariana in poi, occorre il prima possibile, ELIMINARE queste situazioni DANNOSISSIME di anche innesco MIRROR-NEGATIVO (postdetto), creando, invece, nei rapporti interpersonali, sempre situazioni di convivialità (tra parenti, amici, colleghi, ecc.) che usino

TOTALMENTE e PER TUTTI I PRESENTI il predetto RICETTARIO FRUTTARIANO (o MELARIANO),

(coinvolgendo anche gli stessi parenti, amici, colleghi, o, al limite, anche il gestore dell'eventuale struttura, a produrre le ricette che considerano migliori di tutto il grande predetto ricettario fruttariano |o melariano|, visto che sono pure molto più pratiche e veloci di quelle onnariane) con le sue innumerevoli e massimamente gustose alternative, anche con la motivazione (verissima) che è fondamentale per la salute di tutti che sperimentino (almeno in vostra presenza) dei PASTI

TOTALMENTE FATTI DELL'UNICA CATEGORIA ALIMENTARE ADATTA ALLA SPECIE UMANA che, per loro, è una delle poche e PREZIOSISSIME occasioni di disintossicazione, e, per voi, è del tutto ESSENZIALE (come vedremo meglio più avanti) per evitare di ricadere, col tempo, nei cosiddetti "cibi" tossici; dopo la prima sorpesa iniziale, se userete le migliori ricette fruttariane (soprattutto GIA' sperimentate da voi), saranno GLI ALTRI STESSI che vi chiederanno di usare questa soluzione come prassi definitiva; inoltre, questo è anche non solo il modo migliore per diffondere il fruttarismo (o melarismo), ma ADDIRITTURA con ALLEGRIA e CONDIVISIONE TOTALI].

Ovviamente, quindi, il problema mai è la fame, perchè addirittura solo ed esclusivamente col melarismo le singole cellule si sentono finalmente nutrite, e, proprio contrariamente a qualsiasi altro modello "alimentare", col melarismo mai si ha "fame" di altro; il problema, però, possono essere le "voglie" tossiche indotte, specialmente da chi ci circonda, e dalle cose che vediamo, esattamente come per il drogato che rivede la droga da cui, invece, sta uscendo, e di cui era dipendente.

Di conseguenza, l'unico modo per evitare di avere "voglie" tossiche indotte (in questo caso autoindotte) di altro, o almeno il meno possibile in assoluto, che è già sufficiente, è prima di tutto

MAI TENERE ASSOLUTAMENTE ALTRI "CIBI" (diversi da mela) DENTRO CASA (O AL LAVORO),

(ovviamente, se si vive nello stesso appartamento con altri, occorre o convincere anche loro a fare la stessa cosa, oppure mangiare separatamente, al limite, con chi è più "vicino" ed in sintonia con noi; eventualmente medesima cosa al lavoro); allo stesso tempo, il week-end, la possibilità maggiore di vedersi con altri, anche a tavola, fa convenire enormemente allargarsi al fruttarismo serale, anche sfiziosissimo, come appena detto.

Questa divisione settimanale consente, anche, dal lunedì al venerdì:

- di stare perfettamente bene;
- di crearsi una aspettativa di altra frutta, proprio la cui piccola "voglia" cresciente,
- ci reprime automaticamente una qualsiasi altra eventuale "voglia" di "cibo" oltre la frutta (fondamentale: proprio per questo, durante la settimana conviene fare un melarismo 1 senza eccezioni);
- al cervello di sapere, e di essere quindi tranquillo, di poter avere uno "sfogo" allo stress di questa società (innaturale);
- ecc.

Questa divisione settimanale consente, anche, allo stesso tempo, il sabato e la domenica:

- di poter organizzare, o partecipare a, anche fantastiche feste, cene, balli, ecc. con una variegatissima gamma fruttariana;
- di poter "sfogare" il predetto stress con tutti i tipi di frutta che vogliamo (relativi al fruttarismo 2), ma anche con tutti gli squisitissimi piatti fruttariani possibili (come quelli del predetto ricettario fruttariano, dalla frutta a morsi, agli spaghetti fruttariani, lasagne fruttariane, pizza fruttariana, parmigiana fruttariana, torte fruttariane, crostate fruttariane, ecc.);
- eventualmente di avere "voglia" solo di altra frutta e mai di di altro(quest'ultimo anche nel caso si dovesse vedere, anche se è sempre meglio evitare);
- ecc.

Quindi, partendo dal fruttarismo 2, il graduale successivo fruttarismo 3 è lo stadio fruttariano più avanzato in assoluto, e, allo stesso tempo anche il più comodo, in questa società innaturale, prima del graduale melarismo 1, che conviene, comunque, dopo il mese di fruttarismo 3, raggiungere il prima possibile, specialmente a mano a mano che avanzano anche le naturalizzazioni 2°M e 3°M, che sono proprio quelle che, come vedremo più avanti, ci consentono di effettuare pure il melarismo nella maniera più facile, e anche massimamente piacevole.

COMPONENTE PSICOLOGICA PERSONALE

DEL TUTTO FONDAMENTALE PER EVITARE DI AVERE FALSE "VOGLIE" INDOTTE DI TOSSINE

Infine, occorre letteralmente cancellare dalla "lavagna" del nostro cervello le vecchie convinzioni del tutto errate e falsate

da questa società completamente innaturale, e sostituirle con le nuove assolute CONSAPEVOLEZZE GIUSTE, specialmente riguardo le seguenti 3 cose:

a) Acquisire la consapevolezza assoluta (specialmente con l'esperienza diretta, ottenuta anche concentrandosi sui sapori esatti dei "cibi", in fase di perfezionamento "alimentare" precedente) che TUTTO CIO' CHE E' DIVERSO DA MELA (o, al limite, frutta), per la nostra papilla gustativa (al suo stato normale, cioè disintossicata), IN REALTA' FA LETTERALMENTE SCHIFO, nel vero e proprio senso della parola.

[Ad esempio, ad un melariano o fruttariano, dopo alcuni mesi, il contatto anche minimo con del "cibo" relativo a semi, anche crudi, immaturi, germinati, o analoghi, o, peggio, farinacei, tipo pane, pizza, o altro, al suo organo di gusto, ormai disintossicato, SEMBRA PERSINO SCHIFOSISSIMA SEGATURA, o la pasta SEMBRA ADIRITTURA ORRENDA COLLA, e si sentirà proprio la netta sensazione reale della verità scientifica, che, al limite, altro che "cibo" per galline, o che tutte le verdure, SEMBRANDO, alla nostra papilla gustativa disintossicata, ESATTAMENTE COME RIPUGNANTE CARTA (quelle cotte persino RIBUTTANTE CARTA BAGNATA) (infatti, le verdure sono a base di cellulosa, che, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla fisiologia comparata, per noi è assolutamente indigeribile, ma è addirittura, la stessa molecola di base proprio della CARTA) al limite, non sono altro che "cibo" per capre];

b) Acquisire la consapevolezza assoluta, procedendo verso il melarismo, che NULLA SI STA "TOGLIENDO" (anche perchè nemmeno erano lontanamente "cibi", ma solo tossine pessime al gusto reale), ED, ESATTAMENTE AL CONTRARIO, SI STA LETTERALMENTE AGGIUNGENDO [tantissimi cibi (o ricette) veri e nuovi, che non mangiavamo mai, o alcuni quasi mai, come ad esempio, anche quelli più squisiti ed addirittura più sfiziosi al mondo (persino, come confermato dai sondaggi, per l'onnariano) dell'intero lungo elenco del menù fruttariano prima esposto (ma su internet, numerosissimi libri e altro, esistono una infinità di altre squisitezze e sfiziosità assolute completamente fruttariane, ed addirittura moltissime altre ottenibili anche modificando quelle non completamente fruttariane)];

c) Acquisire la consapevolezza assoluta che MAI SI HA MAI PAURA DI TORNARE AD INTOSSICARSI, semplicemente perchè è assolutamente normale, oltre che naturale, solo mangiare mele (o, al limite, frutta). (Anche perchè è proprio il nostro cervello che, se ha paura, poi vuole rifarti intossicare così ti può dire: "lo vedi che avevo ragione?").

Questa operazione di cancellare le informazioni errate ed innaturali dal nostro cervello (che poi sono quelle che contribuiscono fortemente a farci venire eventuali "voglie" tossiche), e sostituirle con quelle giuste e naturali E' DEL TUTTO FONDAMENTALE, va quindi fatta molto bene, con calma ma subito: è sufficiente concentrarsi almeno sui predetti 3 punti, uno per uno, per i minuti necessari per convincersi assolutamente del tutto su ognuno di essi.

2°M) ["M"=Melariani (amici)]:

La naturalizzazione 2°M è quella che riguarda gli amici, e, va sempre sottolineato, è totalmente indispensabile attuarla CONTEMPORANEAMENTE alla 1°M e 3°M.

Infatti, una volta intrapresa l'alimentazione melariana (o, al limite, fruttariana), intenzionalmente anche per tutta la vita, pur trovandosi meravigliosamente bene come mai nella vita, esiste, però, un ASPETTO ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE, che, essendo purtroppo sottovalutato addirittura da oltre il 95-99% dei melariani (e fruttariani) di tutto il mondo, li porta inevitabilmente col tempo ad abbandonare, anche se col massimo dispiacere, questo semplice e stupendo (oltre che salutare, anche etico ed ecologico, tutto al massimo livello) stile alimentare (determinando così anche la sua lentezza di diffusione): L'ASPETTO SOCIALE.

Come abbiamo già visto, il cosiddetto "cibo" aspecifico, cioè inadatto ad una specie animale, è TOSSICO, crea proprio la più profonda delle DIPENDENZE, appunto TOSSICO-DIPENDENZE: dunque, a rigore scientifico, il cosiddetto "cibo" aspecifico è esattamente la DROGA PIU' PROFONDA IN ASSOLUTO.

Ora, dobbiamo tenere sempre presente che la scienza, specialmente negli ultimi decenni, ha fatto passi avanti enormi nella comprensione del mecanismo ipercomplesso della dipendenza (specialmente da "cibo" aspecifico).

Innanzi tutto, il primo fattore in assoluto che si è chiarissimamente evidenziato è che la DIPENDENZA (soprattutto da "cibo" aspecifico) è costituita SEMPRE da DUE COMPONENTI del tutto fondamentali, ma addirittura totalmente INSCINDIBILI:

- DIPENDENZA INTERNA (COMPONENTE determinata dalla fisiologia CORPOREA tossica indotta),
- DIPENDENZA ESTERNA (COMPONENTE determinata dalla fisiologia SOCIO-AMBIENTALE tossica indotta).

La modifica devastante apportata all'assetto della specie umana da parte, in primo luogo, della predetta prima glaciazione (spiegato nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna), ha portato ad una alterazione disastrosa della nostra

fisiologia interna (ad esempio, vita media abbattuta immediatamente a meno di venti anni, con innesco di tutte le patologie), ma contemporeaneamente anche ad una ALTERAZIONE DISASTROSA della nostra FISIOLOGIA SOCIO-AMBIENTALE, cioè dell'impostazione di base dell'intera specie umana (ad esempio, impatto SOCIALE e AMBIENTALE DEVASTANTE del sistema di produzione "alimentare", come vedremo meglio anche più avanti, con relativa attuale sempre più esponenzialmente maggiore INSOSTENIBILITA' MONDIALE).

Inoltre, la moderna meccanica quantistica ha dimostrato chiarissimamente che anche nella realtà OGNI INDIVIDUO (o oggetto) FA PARTE DI UN SISTEMA IN RETE (dal livello elettromagnetico, a quello non barionico, fino a quello biologico), in cui ogni nodo (dall'atomo alla persona)

E' TOTALMENTE INTERDIPENDENTE RISPETTO A TUTTI GLI ALTRI,

in maniera direttamente proporzionale soprattutto alla distanza reciproca (qualsiasi forza nell'universo, da nucleare, a elettromagnetica, a gravitazionale, decresce all'aumentare della distanza reciproca delle due masse interagenti), in cui la stessa cosiddetta "forza di volontà personale" non è altro che uno dei più delicatissimi ed interdipendenti fattori in assoluto di questa rete elettromagnetica

Dunque, anche il cosiddetto "lavoro su sè stessi" che si deve attuare per uscire da una dipendenza "alimentare" tossica, proprio in quanto

IL "TE STESSO" MAI E' UN PEZZO SEPARATO DALLA REALTA' (in cui è COMPLETAMENTE IMMERSO ma addirittura TOTALMENTE INTERAGENTE), si divide necessariamente in due settori contemporanei, facenti parte di un UNICO SISTEMA: "lavoro all'interno di sè" e, SOPRATTUTTO, "LAVORO ALL'ESTERNO DI SE'".

Il SOPRATTUTTO è dovuto proprio al fatto che l'ORIGINE stessa della nostra intossicazione aspecifica (e quindi della nostra dipendenza da essa) poco deriva da una nostra decisione personale presa in passato, ma, TOTALMENTE AL CONTRARIO, deriva da una azione proveniente PROPRIO ESATTAMENTE DALL'ESTERNO: come persone, principalmente dalla nostra (a sua volta incolpevole) madre (dal cordone ombelicale intossicato, al latte intiossicato, allo svezzamento intossicato, ecc.), e, come specie, dalle predette catastrofiche glaciazioni planetarie (ormai fortunatamente terminate).

Ora, mentre una persona tossico-dipendente da qualsiasi altro elemento diverso dal "cibo" aspecifico (eroina, cocaina, ecc.), quando decide di uscire da quella droga, normalmente è comunque aiutato ed incoraggiato, anche psicologicamente, dalla quasi totale società esterna, la persona che scopre di essere (ancora più profondamente) drogata dal "cibo" aspecifico (cioè inadatto alla sua specie), normalmente nè è aiutata nè tanto meno incoraggiata, anche psicologicamente, ad uscire da quella enorme dipendenza, ma è addirittura ostacolata in tutti i modi possibili (quasi sempre: famiglia, parenti, amici, colleghi, televisione, radio, negozi, ristoranti, ecc.), trovandosi su un pianeta che, purtroppo,

ANCORA DEFINISCE ERRONEAMENTE "CIBO", ESATTAMENTE LA PIU' PROFONDA DELLE DROGHE.

Ecco, quindi, che, insieme al cosiddetto "lavoro all'interno di sé", che, comunque, è enormemente più semplice e veloce (per la disintossicazione aspecifica interna sono sufficienti i pochi mesi predetti per il perfezionamento alimentare personale), occorre, sia per rendere questo lavoro totalmente POSSIBILE, ma sopratutto per renderlo piacevolmente DEFINITIVO, mettere PARALLELAMENTE PROPRIO TUTTE LE NOSTRE ENERGIE NELL' ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE cosiddetto "LAVORO ALL'ESTERNO DI SE",
cercando, appunto, di naturalizzare il più possibile (tramite proprio questa NATURALIZZAZIONE 3M, nei modi che vedremo anche più avanti) almeno la parte di realtà sociale PIU' VICINA A NOI (ricordare sempre che, come predetto, la rete elettromagnetica in cui siamo immersi, interagisce con noi in maniera assolutamente proporzionale alla distanza), agendo esattamente sui 2 aspetti più decisivi soprattutto per la DEFINITIVITA':

2°M) sulle PERSONE a noi più vicine (se necessario, fino a frequentarne altre),

3°M) e sul nostro AMBIENTE (compreso lo STILE DI VITA) (come vedremo meglio più avanti, DEL TUTTO NECESSARIAMENTE verso la realizzazione di almeno un postdetto ECOVILLAGGIO, o, meglio, EV-SN, fino alla più evoluta SOCIETA' NATURALE).

(Ovviamente, in tutto il percorso della naturalizzazione 3M, senza MAI offendere nessuno, anche perchè nessuno è colpevole di un sistema sociale drogato, tanto più visto che è molto difficile ammettere di esserlo, specialmente da parte delle persone singole, che, ovviamente hanno bisogno di tempo, comprensione, e di tutto il nostro volergli bene, fatto anche di molta TENEREZZA PROFONDA, capacità che acquisteremo sempre di più anche grazie alla contemporanea disintossicazione aspecifica dei nostri stessi neuroni;

MAI reagire ad eventuali attacchi psicologici, che sono solo frutto di cevelli purtroppo ancora profondamente intossicati da un quadro neurotrasmettitoriale a forte prevalenza catecolaminica, tipico della intossicazione aspecifica dell'intero sistema

nervoso; al contrario, bisogna subito capire che colui che attacca psicologicamente, è, in quel momento, MOLTO DEBOLE, e va soprattutto aiutato proprio con tutta la nostra comprensione e tenerezza, sempre, però, al tempo stesso, senza ASSOLUTAMENTE MAI rinunciare al nostro DEL TUTTO ESSENZIALE percorso di NATURALIZZAZIONE 3M,

che, proprio perchè dobbiamo aiutare prima di tutto noi stessi anche per poi poter aiutare gli altri, VA REALIZZATO TOTALMENTE FINO ALL'ULTIMO DETTAGLIO, con tutto il cuore e passione che abbiamo).
Come vedremo meglio più avanti, solo quando sul pianeta si raggiungerà una determinata MASSA CRITICA (di realtà sociale a minima energia, cioè, per definizione stessa, estremamente più PROGREDITA), di cui è necessaria una quantità che è molto minore di quanto possiamo pensare (sempre per tendenza estrema della materia stessa di cui siamo fatti alla minima energia strutturale), allora il cambiamento risulterà INCREDIBILMENTE VELOCE (esattamente come una PICCOLISSIMA scintilla scatena VELOCISSIMAMENTE un fuoco GIGANTESCO):

ognuno di noi che realizza TOTALMENTE la sua NATURALIZZAZIONE 3M, proprio in quanto naturalizza anche LA PARTE DI REALTA' SOCIALE INTORNO A SE', è già una minima scintilla, ed è proprio per questo motivo che, riguardo specialmente a chi attua questo stupendo percorso, si deve ASSOLUTAMENTE RIMANERE SEMPRE TUTTI UNITI, nel modo più ARMONIOSO IN ASSOLUTO, poichè è proprio diventare UNA REALTA' SOCIALE SEMPRE PIU' ENORME che costituisce assolutamente l'UNICO modo con cui potremo formare una scintilla sufficientemente grande da riuscire ad accendere il resto dei cuori del mondo.

Ora, per poter a capire meglio la TOTALMENTE BASILARE IMPORTANZA del punto 2°M, occorre anche sempre tenere in massima considerazione il fenomeno naturale della OMOGENEITA' SOCIO-TROFICA:
qualsiasi individuo di ogni specie animale (compresa la nostra) è stato progettato dalla natura (dal livello più profondamente genetico fino ai neurotrasmettitori del cervello) assolutamente per essere strettamente circondato praticamente solo ed esclusivamente da individui della stessa specie E SPECIALMENTE DALLA STESSA ALIMENTAZIONE

[in natura, vediamo un elefante circondato solo da elefanti, una zebra solo da zebre, una formica solo da formiche, ecc., e TUTTI ASSOLUTAMENTE CON LA STESSA IDENTICA ALIMENTAZIONE; alla natura, questo fenomeno (che, come vedremo meglio più avanti, ha un meccanismo fondamentalmente anche genetico e neurotrasmettitoriale di minima energia), serve specialmente per la sopravvivenza della specie, perchè alimentazioni diverse significano anche punti di approvvigionamento diversi, e, quindi, distanza tra individui della stessa specie, che, potendo anche perdersi, abbasserebbe di molto la probabilità di accoppiamento, e, dunque, della stessa sopravvivenza della specie].

Gli scienziati hanno da tempo individuato addirittura 2 MECCANISMI di funzionamento DI BASE del nostro cervello (che vedremo in successione), che, specialmente lavorando in parallelo, determinano, la COSTRIZIONE ASSOLUTA all'omogeneità socio-trofica, o, qualora fosse stata alterata, al suo graduale ma DEL TUTTO INESORABILE ripristino:

1) IL MECCANISMO ELETTROMAGNETICO
2) IL MECCANISMO MIRROR

E' anche esattamente per questo motivo (di base genetico e neurotrasmettitoriale, come vedremo meglio più avanti) che E' ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE CHE UN MELARIANO (O FRUTTARIANO), ANCHE DOTATO DELLA PIU' GRANDE "FORZA DI VOLONTA'" MAI ESISTITA AL MONDO, POSSA CONTINUARE PER TUTTA LA VITA AD ESSERLO, SE E' CIRCONDATO, specialmente nei fine settimana, che sono il centro della nostra vita sociale, DALLA MAGGIOR PARTE DELLE PERSONE CHE SONO ONNIVERE ED ALTRO.

Infatti, I 2 MECCANISMI ASSOLUTAMENTE AUTOMATICI, E DEL TUTTO NON DIPENDENTI DALLA NOSTRA VOLONTA',

(ecco perchè POCO C'ENTRA ASSOLUTAMENTE NIENTE LA cosiddetta "FORZA DI VOLONTA'") DI AUTO-OMOGENIZZAZIONE PSICOLOGICA dipende anche dal fatto che i nostri occhi sono costretti a vedere tutte le droghe "alimentari" da cui, anche con pazienza e fatica, ci siamo finalmente liberati (come vedremo meglio più avanti, anche la sola vista o presenza di queste ultime innesca un meccanismo quantistico del tutto automatico di loro riassunzione in un tempo sufficientemente lungo), ma soprattutto, in particolare a livello inconscio, dal fatto che (MECCANISMO ELETTROMAGNETICO), in presenza di altri cervelli più intossicati aspecificamente,

IL NOSTRO CERVELLO SI TROVA COMPLETAMENTE IMMERSO IN UNA RETE ELETTROMAGNETICA

[ogni neurotrasmettitore e carica elettrica neuronale dei cervelli intorno a noi libera continuamente onde elettromagnetiche a 360 gradi "sferici", di una precisa e determinata frequenza, che si è constatato scientificamente dipendere (determinando valori molto diversi) fondamentalmente dalla propria "alimentazione", cioè dai precursori "alimentari" dei neurotrasmettitori, e da tutte le unità strutturali (protoni, neutroni, elettroni, ecc. sotto forma di "cibi") introdotte nel nostro corpo per via orale: questo in quanto, ad esempio, il cervello di una persona che si nutre di prodotti e sottoprodotti animali, o, nel campo vegetale, specialmente dei prodotti più proteici come legumi, cereali e semi oleosi, produce una assoluta maggioranza di

neurotrasmettitori catecolaminici, tipici dello stress, agitazione interna, ansia, ipercinesi, ecc., mentre una persona che si nutre a base di frutta e specialmente mele, produce una assoluta maggioranza di neurotrasmettitori indolaminici (come, ad esempio, la serotonina), tipici della felicità, serenità, armonia interiore, tranquillità, ecc.]

CHE HA UNA FREQUENZA MEDIA ASSOLUTAMENTE OPPOSTA ALLA NOSTRA (comprendendo anche i parametri fasici) (a cui il nostro cervello NEMMENO PUO' GENETICAMENTE RESISTERE), IL CHE CI PORTA, per tutti i motivi suddetti [PER NIENTE DIPENDENTI DALLA NOSTRA VOLONTA', MA, DEL TUTTO AL CONTRARIO, PROPRIO DALLA NOSTRA FREQUENZA CEREBRALE NEUROTRASMETTITORIALE,

CHE DEVE ASSOLUTAMENTE IN AUTOMATICO (per lo stesso principio della minima energia) RISINTONIZZARSI SU QUELLA FREQUENZA OPPOSTA] essendo noi in minoranza, SENZA NEMMENO CHE CE NE ACCORGIAMO, GRADUALMENTE ED INCOSCIAMENTE, in più o meno tempo,

A RIPRISTINARE, totalmente o quasi, PROPRIO L'"ALIMENTAZIONE" TOSSICA DA CUI CON TANTA CURA ERAVAMO USCITI [ovviamente, questo fenomeno è tanto più profondamente POTENTE QUANTO PIU' SI INGRANDISCE LA DIFFERENZA con la società INNATURALE esterna, proprio come avviene mentre si procede dall'onnarismo al melarismo; inoltre, SOLO IN QUESTA SOCIETA' INNATURALE, dal vegan-crudismo e fruttarismo in avanti si innesca una difficoltà ancora ENORMEMENTE maggiore rispetto anche a quella del vegan: tecnicamente si chiama IMETAC, cioè Inversione Mirror su Ex-Tossicodipendenza da Amido Cotto;

in altri termini, siccome l'AMIDO COTTO (sotto forma di pane, pasta, pizza, riso, altri cereali, patate, ecc.) è la sostanza ALTAMENTE TOSSICA che crea proprio la MASSIMA TOSSICO-DIPENDENZA IN ASSOLUTO (ENORMEMENTE maggiore anche rispetto ai prodotti animali stessi, anche per i devastanti picchi glicemici ed il reattivo ipercalo glicemico, che crea un ENORME bisogno INDOTTO della stessa sostanza tossica), di conseguenza è pure quella che innesca la MASSIMA INVERSIONE MIRROR IN ASSOLUTO, cioè, come vedremo meglio, la ESTREMA IMPOSSIBILITA' a continuare per un tempo lungo soprattutto dal FRUTTARISMO in poi in questa società INNATURALE, soprattutto in città o paese, dove l'ESPOSIZIONE MIRROR ad AMIDO COTTO, o a PERSONE ancora DIPENDENTI da esso, è purtroppo tuttora assolutamente la regola;

ecco anche uno dei motivi per cui è TOTALMENTE INDISPENSABILE creare la RETE di ECOVILLAGGI, o meglio SOCIETA' NATURALE, di cui parleremo più avanti, dove, DEL TUTTO al CONTRARIO, il FRUTTARISMO e MELARISMO, esattamente per effetto della NATURALIZZAZIONE MIRROR (cioè specialmente praticarle tutti INSIEME), sono proprio le alimentazioni PIU' FACILI IN ASSOLUTO da vivere, senza MAI PIU' NESSUNA voglia tossica]. [In psicologia quantistica tossicologica, la PRIMA LEGGE è proprio la seguente:

NESSUN CERVELLO EX-DIPENDENTE DA UNA QUALSIASI DROGA (ANCHE "ALIMENTARE", SOPRATTUTTO in caso di predetto IMETAC), RIESCE A RESISTERE DAL RIASSUMERLA, SE SOTTOPOSTO ANCHE ALLA SOLA PRESENZA DELLA STESSA, O ANCHE ALLA SOLA PRESENZA DI ATTUALI DIPENDENTI DA ESSA, PER UN TEMPO SUFFICIENTEMENTE LUNGO

(ciò per semplici motivi di meccanica quantstica, legati principalmente alla trasmissione continua tra sistemi materiali, compresi quelli umani, di energia strutturale, che rompe automaticamente qualsiasi equilibrio raggiunto dalla energia strutturale minima, come specialmente quella ex-dipendente relativa).

Questa fondamentale LEGGE BIOFISICA è anche il motivo principale per cui in TUTTE le PROCEDURE di RECUPERO da TOSSICO-DIPENDENZA la PRIMISSIMA REGOLA è:

1) USCIRE DAL PROPRIO GRUPPO DI TOSSICO-DIPENDENTI

(valido dall'eroina fino SOPRATTUTTO all'AMIDO COTTO, visto pure che la TOSSICO-DIPENDENZA da quest'ultimo è purtroppo normalmente creata FIN DALLO SVEZZAMENTO)].

Oltre a questo potentissimo primo meccanismo elettromagnetico, agisce in assoluta sinergia parallela, il secondo MECCANISMO MIRROR: esso dipende fondamentalmente dalla presenza del nostro cervello dei famosi NEURONI MIRROR (dall'inglese "mirror"= specchio), che sono presenti specialmente nei mammiferi, ma sono addirittura in maggior quantità man mano che si procede verso la maggiore evoluzione biochimica, quindi nei primati, ma in maniera persino decisamente più accentuata proprio nella specie umana.
Si è constatato, poi, che i neuroni mirror a potenziare ulteriolmente il primo meccanismo elettromagnetico, ma un intero sistema in rete (proprio il meccanismo mirror) presente nel nostro cervello in maniera persino molto più profonda di quanto si era rilevato in precedenza.

determina una quasi COSTRIZIONE ALL'IMITAZIONE (del soggetto osservato; la suddetta costrizione diventa gradualmente TOTALE proprio nel caso di ex-dipendenza tossiemica, soprattutto alimentare, agendo anche in sinergia col primo predetto meccanismo elettromagnetico |anche in mesi o anni|), tramite l'ATTIVAZIONE DEGLI STESSI NEURONI (di azione) (del soggetto osservato che compie l'azione stessa) (i quali si attivano AUTOMATICAMENTE proprio esattamente come se l'OSSERVATORE STESSO compisse l'azione, ma addirittura determinando, inoltre, l'innesco automatico di una ABITUDINE neuronale INVOLONTARIA e INCONSCIA, che gradualmente diventa ATTIVA, ma anche, a distanza temporale che varia con l'individuo, ESPLODE proprio quando MENO ce lo si aspetta).

Il meccanismo mirror si è sviluppato nei milioni di anni anche a PROTEZIONE del livello alimentare di minima energia raggiunto, come quello fruttivoro dei primati antropomorfi,e specialmente quello malivoro della specie umana, ma è ovvio che , finchè il nostro cervello è immerso in una società come quella non sostenibile attuale, la somma dei due meccanismi, elettromagnetico e mirror, lavorando nel contesto opposto a quello naturale (circondato di comportamenti alimentari tossici) e, quindi, determinando l'effetto ESATTAMENTE OPPOSTO (cioè di omogeneità socio-trofica TOSSICA) ci rende TOTALMENTE IMPOSSIBILE continuare una alimentazione fruttariana o melariana su tempi sufficientemente lunghi (che variano da persona a persona).

Quindi, soprattutto la somma di dei due suddetti meccanismi, ELETTROMAGNETICO E MIRROR, determina il fatto che la pratica del FRUTTARISMO o MELARISMO (con durata illimitata) mentre è TOTALMENTE IMPOSSIBILE in questa società innaturale, è, al tempo stesso, TOTALMENTE SEMPLICISSIMA ma addirittura DEL TUTTO PIACEVOLMENTE SPONTANEA in un ECOVILLAGGIO (o, meglio, nella postdetta SOCIETA' NATURALE) rispettivamente FRUTTARIANO o MELARIANO, ma che sia, a sua volta, inserito in una RETE di ecovillaggi (o, meglio di ALTRE società naturali) di PARI ALIMENTAZIONE.

Di conseguenza, specialmente in questa società attuale insostenibile, ma anche, poi, nella società sostenibile e poi naturale, allo stesso tempo della nostra graduale disintossicazione, e poi alimentazione definitiva, SE SI EVITA DI ATTUA REQUESTA PIACEVOLISSIMA FREQUENTAZIONE DI PERSONE CHE, come minimo, HANNO GLI STESSI VALORI DI BASE [e, quindi, stanno facendo lo stesso percorso (soprattutto alimentare); ricordiamoci sempre che l'alimentazione ottimale nè solo uno strumento, TUTTAVIA UNO STRUMENTO DEL TUTTO ESSENZIALE, per arrivare all'obiettivo vero, che,come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, è uno stile di vita (sintetizzabile nella parola ecovillaggio, o, meglio, società naturale) che ci conferisce finalmente felicità], a seconda del carattere, c'è chi si reintossica dopo pochi giorni, chi dopo pochi mesi, chi dopo anni, MA PRIMA O POI LO FANNO ASSOLUTAMENTE TUTTI (la maggior parte dei quali incolpa se stesso, anche per la presunta "poca forza di volontà", che invece, come abbiamo visto, PER NULLA C'ENTRA , essendo l'unica causa di ciò completamente esterna, cioè GLI "AMICI" SBAGLIATI, e, di conseguenza, L'AMBIENTE SBAGLIATO).

In altri termini, se si evita di attuare anche questa pulizia elettromagnetica esterna, E' ESATTAMENTE COME TENTARE DISPERATAMENTE DI USCIRE DALLA DROGA CONTINUANDO A FREQUENTARE IL PROPRIO GRUPPO DI DROGATI:come insegna anche tutta la statistica mondiale,

E' PROPRIO DEL TUTTO ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE.

E bisogna sempre tener presente che il cosiddetto "cibo" inadatto alla nostra specie, come abbiamo già visto,

E' PROPRIO LA VERA E PROPRIA DROGA PIU' PROFONDA IN ASSOLUTO, MA E' ADDIRITTURA ANCHE L'UNICA CAPACE DI INFILARSI FINO NEI PIU' PROFONDI DISTRETTI,

anche molecolari e sub-molecolari, di assolutamente tutte le cellule, fino a distruggere gradualmente, giorno dopo giorno, ANCHE ADDIRITTURA LO STESSO DNA.

Quindi, ancora una volta, SICCOME E' DIFFICILE COMBATTERE LE LEGGI FISICHE, SE SI VUOLE MINIMAMENTE DIVENTARE MELARIANI (o, al limite, FRUTTARIANI), e vivere felici ed in perfetta salute e longevità (e anche bellezza continua, interiore ed esteriore), in armonia con se stessi, con gli altri e con la natura, per tutto il resto della nostra vita,

L'UNICO COMPORTAMENTO NATURALE, e quindi vincente, [che poi è quello che fanno solo tutti quelli che ci sono riusciti al mondo, quell' 1-5% dei melariani (e fruttariani) rimanente], E' PROPRIO RIPRISTINARE LA NATURALE OMOGENEITA' SOCIO-TROFICA RELATIVA ALLA NOSTRA VITA (cioè l'unico fattore esterno NATURALE ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE che può finalmente portarci gradualmente ad ottenere sia la nostra DEFINITIVIZZAZIONE ALIMENTARE NATURALE, sia a realizzare uno stile di vita mai più di tipo auto-schiavistico, ma semplicemente e stupendamente LIBERO, come quello ECOVILLAGICO, o, meglio, della SOCIETA' NATURALE, che vedremo più avanti) e, dunque, di conseguenza(una volta iniziato l'assestamento definitivo della propria salute, e quindi dell'alimentazione naturale), CIRCONDARSI GRADUALMENTE (ovviamente è molto più facile fuori l'ambito lavorativo, senza, come predetto,MAI offendere nessuno, ma addirittura sempre in ARMONIA TOTALE con tutti, ma, al tempo stesso, MAI RINUNCIANDO AL PROPRIO AVANZAMENTO proprio nella NATURALIZZAZIONE 3M, visto che poi sarà anche

l'UNICO modo per aiutare veramente anche TUTTI gli altri, come vedremo meglio nei paragrafi e capitoli successivi) (il più possibile) SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI PERSONE (oltre che positive, allegre, ecc.), se ci teniamo anche solo un po' alla salute e quindi all'innesco graduale della felicità, per tutti i motivi suddetti,

IN SINTONIA CON NOI SPECIALMENTE ED ASSOLUTAMENTE SULLA QUESTIONE UNIVERSALMENTE CENTRALE DELL' ALIMENTAZIONE NATURALE (SPECIE-SPECIFICA), vista da TUTTI anche e SOPRATTUTTO come l'unica TOTALMENTE ESSENZIALE BASE DI LANCIO per la SALUTE e poi per la LIBERTA',

verso la realizzazione almeno del proprio ambito socio-naturale, cioè inizialmente in una RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI già in veloce formazione, rimanendo ovviamente SEMPRE INSERITI NEL RESTO DEL MONDO, cosa oggi sempre più facile anche con l'ausilio di INTERNET, CELLULARI e analoghi, banalmente alimentabili con sempre più minuscoli pannellini solari, e poi finalmente nella SOCIETA' NATURALE, due realtà che vedremo più avanti (come predetto, l'alimentazione naturale specie-specifica E' LO STRUMENTO DEL TUTTO ESSENZIALE, la vera "conditio sine-qua-non", per raggiungere l'obiettivo della felicità).

Quindi, mentre la SOLITUDINE MELARIANA (o FRUTTARIANA) REINNESCA COL TEMPO INEVITABILMENTE L'EFFETTO-DROGA, e la condanna ai LAVORI FORZATI per produrla o comprarla, la COMPAGNIA MELARIANA (o, al limite, FRUTTARIANA) è ASSOLUTAMENTE l'UNICO modo che consente di uscire DEFINITIVAMENTE da questa DIPENDENZA aspecifica creataci dalla nascita, ma persino ASSOLUTAMENTE l'UNICO modo che consente poi di uscire DEFINITIVAMENTE anche dalla conseguente AUTO-SCHIAVITU' primitiva ancora erroneamente chiamata "lavoro", e che ci tiene legati alla CATENA del cosiddetto "posto di lavoro", AMMASSANDOCI letteralmente l'uno sull'altro in grosse scatole chiamate ancora "palazzi", disposti ad incastro attorno alle GABBIE "lavorative", formando grandi cumuli di scatoloni di CEMENTO a costituire la più grande tipologia di ALLEVAMENTO ANIMALE INTENSIVO mai esistito chiamato ancora erroneamente "citta'" o "paese".

Il tutto SOLO ed ESCLUSIVAMENTE (come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia e vedremo meglio in quello relativo all'ecosistemica) perchè ancora mettiamo nelle nostre BOCCHE qualcosa di CADAVERICO (animale o vegetale) che ha bisogno proprio del nostro "lavoro" continuativo, diretto ed indiretto, per essere prodotto, come se la NATURA avesse già previsto, nella sua infinita saggezza, che chiunque si fosse permesso di schiavizzare e poi uccidere una parte dei suoi fratelli viventi, dovesse poi ASSOLUTAMENTE fare la stessa FINE.

Per fortuna la natura ci ha dotati anche di un cervello che, se ora riusciamo a RIPULIRE gradualmente dai pezzetti di CADAVERE (sempre animale o vegetale) che ogni giorno introduciamo dentro di lui, forse ci potrà aiutare ad uscire da questa AUTO-SCHIAVITU' MORTALE, portandoci verso una banalissima LIBERTA' che avevamo fino a 1,8 milioni di anni fa (vedere sempre capitolo di paleoantropologia) e che già hanno tutte le altre specie animali e persino vegetali in natura. UNA NATURA CHE MA I METTE IL CARTELLINO DEL PREZZO QUANDO PRODUCE UNA QUALSIASI COSA, ma la OFFRE GRATUITAMENTE ad ogni vivente che vive in ARMONIA con lei, ma addirittura donandogli SEMPRE GRATUITAMENTE il BENE PIU' PREZIOSO IN ASSOLUTO che ogni vivente stesso possiede: la SALUTE e, con essa, la FELICITA'.

Ora, questo contesto di sintonia amicale è ottimo che avvega IN MANIERA IL PIU' POSSIBILE TOTALE, visto anche che LA SINTONIA MENTALE (proprio con i nostri amici umani) SUL PIANO CENTRALE ALIMENTARE NATURALE, ha, diversamente da tutti gli altri aspetti (proprio perchè, come abiamo visto, la stessa parola "vita", a livello strutturale, significa esattamente "alimentazione"), il vantaggio enorme che
RIGUARDA INEVITABILMENTE DI CONSEGUENZA ANCHE TUTTI I VALORI PIU' PROFONDI DELLA PERSONA,

compreso l'etica personale, il rispetto della vita propria e degli altri, il rispetto dell' ambiente, il rispetto di tutto ciò che ha due occhi come noi, fino al RISPETTO DI TUTTO CIO' CHE RESPIRA COME NOI, COME ANCHE LE PIANTE, compresi i loro cuccioli chiamati "semi", o qualsiasi altra loro parte, e che, come vedremo meglio più avanti, nonostante senza la capacità di urlare meccanicamente, tuttavia, in caso subiscono un'aggressione, lo fanno TOTALMENTE con linguaggio anche elettromagnetico, ma FANNO ANCHE TUTTO IL RESTO CHE POSSONO PER DIFENDERSI E SOPRAVVIVERE, SPECIALMENTE ALLA NOSTRA STRAGE PERSONALE QUOTIDIANA, e, tutto ciò ci consente, quindi, di avere più che solo I cosiddetti "amici" (umani) a livello superficiale, ma anche, oltre che nella massima allegria e persino felicità infinitamente superiori a prima, persone PROPRIO AL LIVELLO PIU' PIENO E PROFONDO IN ASSOLUTO DELLA PAROLA AMICI.

Il modo più semplice per crearsi un proprio GRUPPO DI AMICI almeno tendenti MELARIANI (o, al limite, almeno tendenti fruttariani), (basta una "comitiva" di una DECINA di persone di base, con lo scopo principale di DIVERTIRSI, anche con FESTE FRUTTARIANE, con chitarre, bonghi, ecc., e magari, inoltre, con lo scopo secondario, anche personale, di diffondere queste informazioni scientifiche),è proprio quello di mandare via e-mail specialmente la totalità di questo testo, "SPECIE UMANA: progetto 3M", a cominciare dagli amici con cui state più in sintonia, e che ritenete in grado di capire l'ENORME importanza di questi argomenti, sia a livello personale sia a livello mondiale, in un pianeta che dobbiamo cambiare, e ADESSO.

Se si hanno pochi amici di questo tipo, cioè quelli profondamente veri, bisogna assolutamente trovarli (anche dovendo

usare un po' di fantasia), da qualche parte stanno e, TI STANNO DISPERATAMENTE CERCANDO (più facile trovarli in associazioni vegetariane, vegan, vegan-crudiste, fruttariane e melariane). In un mondo ancora dispersivo e fuorviante come questo, può essere poco facile trovare degli amici del genere, e, anche per questo, ma soprattutto per INNUMEREVOLI altri motivi FONDAMENTALI, è DEL TUTTO INDISPENSABILE usare direttamente il PROGETTO 3M, di cui parleremo più avanti.

3°M) ["M"=Melariano (ecovillaggio); (o meglio, ev-sn)]:

la naturalizzazione 3°M è quella che riguarda l'ambiente in cui viviamo, e, va sempre sottolineato, è totalmente indispensabile attuarla CONTEMPORANEAMENTE alla 1°M e 2°M. Cioè, il terzo aspetto che consente e facilita moltissimo il melarismo (e fruttarismo) TANTO DA NEMMENO FARE ACCORGERSI DI ESSERLO, e che permette di vivere una vita completamente felice e allegra, è l'aspetto proprio dell' AMBIENTE NATURALE, ma unicamente se adatto alla nostra specie, come vedremo essere SOLO ed ESCLUSIVAMENTE l'ECOSISTEMA ANTROPICO. Infatti, in esso, LA NATURA, GLI ALBERI, IL VERDE,
specialmente in uno stadio disintossicato, hanno una potentissima capacità di far produrre neurotrasmettitori indolaminici all'interno del nostro sistema nervoso, e quindi anche una altissima capacità di togliere eventuali ultime voglie indotte di tossine "alimentari".

La sensazione di piacere che si avrà alla fine gustando una mela, sarà inevitabilmente infinitamente superiore a qualsiasi sensazione precedente ottenuta introducendo nella nostra bocca tutte quelle componenti ecosistemiche aspecifiche, e quindi altamente tossiche, che usavamo prima al posto del cibo.

E' TOTALMENTE UN CONTROSENSO FARE TUTTO CIO' SIN QUI DETTO, SE SI RIMANE TRA CEMENTO, ASFALTO, LAMIERE DI MACCHINE, ecc.; quando si è raggiunta una salute eccezionale (con una alimentazione alla grande), e, una volta che, allo stesso tempo, si è giunti ad un gruppo di amici di quel tipo, si è subito pronti per il terzo ed ultimo passo per la felicità:

mettere su qualche "spiccio" (perchè quando una spesa si divide per una decina di persone diventa quasi "nulla"), comprare proprio con loro, tutti insieme, un terreno (meglio se poco lontano dal proprio centro abitato), e fondare uno stupendo ECOVILLAGGIO (o meglio, un postdetto EV-SN) (MELARIANO o, al limite, fruttariano), il più possibile AUTOSUFFICIENTE (come vedremo, il costo iniziale, che è unico e definitivo, si abbassa MOLTO di più e con risultati ENORMEMENTE MAGGIORI se si punta direttamente all'EV-SN, che consente, in un unico progetto, la realizzazione successiva di ECOVILLAGGIO e poi di SOCIETA' NATURALE, della cui totalità parleremo più avanti).

Tanto CON IL MELARISMO (o, al limite, fruttarismo) IL PIU' E' GIA' FATTO: siccome una delle cose più complesse al mondo è proprio autoprodursi tutte le altre "alimentazioni", (da quella vegan-crudista a quella onnariana) con esse (melariana o fruttariana), invece, basta un meleto (o un frutteto) E L'AUTOSUFFICIENZA ALIMENTARE (cioè proprio l'UNICA autosufficienza TOTALMENTE ESSENZIALE) E' GIA' RISOLTA.

Riguardo l'ecovillaggio, per le unità abitative personali e sala comune l'ideale sono piccoli prefabbricati in LEGNO [sono i più naturali, termoisolanti, che, infatti, usano specialmente nei paesi nordici, provenienti da taglio razionalizzato (lasciando praticamente intatta la foresta) ad impatto ambientale quasi nullo], ma, come vedremo più avanti, conviene formare direttamente un EV-SN, che ha caratteristiche di attuazione e burocratiche molto più semplici e veloci, compreso la sua stessa impostazione naturale; a chi serve ancora l'elettricità, per l'autosufficienza elettrica bastano pannelli solari fotovoltaici; ecc. (il discorso sugli ecovillaggi e società naturale sarà continuato più avanti, nel capitolo relativo all'Ecosistemica).

La FELICITA', infatti, è data solo ed esclusivamente da questi 3 elementi:

1) **SALUTE** (e quindi alimentazione naturale |specie-specifica|),
2) **INDIPENDENZA** (anche sociale, ma in un contesto di gruppo di amici),
3) **NATURA** (e quindi ecovillaggio o, meglio, società naturale).

Quando avete tutti e 3 questi elementi, però, evitate di dimenticarvi degli altri che ancora devono arrivare a quel livello: è, infatti, sufficiente cercare di portare anche tutti gli altri in quella dimensione, VISTO CHE E' ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE ESSERE FELICI IN UN MONDO INFELICE.

Infatti la realizzazione, allegria, e FELICITA' PIENA DI UN INDIVIDUO, in questa società, si ottiene solo ed esclusivamente quando egli stesso HA REALIZZATO IL SUO ECOVILLAGGIO (o, meglio, il suo postdetto EV-SN) MA HA ANCHE AIUTATO GLI ALTRI A REALIZZARE I RIMANENTI ECOVILLAGGI DELLA RETE DI ECOVILLAGGI INTORNO AL PROPRIO (o, meglio, RETE di EV-SN), E POI, magari tramite internet, HA ANCHE AIUTATO IL RESTO DELLA PROPRIA

NAZIONE, DEL PROPRIO CONTINENENTE, E DEL MONDO, A CHIUDERE LA RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI (che già esiste, si chiama GEN, Global Ecovillage Network, di cui parleremo meglio più avanti), (o, meglio, A CHIUDERE LA postdetta SOCIETA' NATURALE GLOBALE) e, visto che saremo sempre tutti in pericolo fino a che questo ancora avverrà del tutto, si ottiene quando sempre egli stesso ha pure contribuito affinchè questo si realizzi fino al livello ASSOLUTAMENTE GIURIDICO, TOTALE E DEFINITIVO, NAZIONALE E MONDIALE (contribuendo a far approvare specialmente la postdetta DIRETTIVA per la società sostenibile e società naturale), anche e soprattutto per un pianeta finalmente felice.

PROGETTO 3M: REALIZZAZIONE DELLA PROPRIA (suddetta) NATURALIZZAZIONE 3M

[1°M)MALIVORISM: perfezionamento alimentare personale (predetto) fino almeno al fruttarismo e poi MELARISMO (-respirarismo) (con i due totalmente indispensabili strumenti: REGISTRO 3M e CLICK RISOLUTIVO),

2°M) MALIVOR-GROUP: formazione spontanea del proprio GRUPPO di AMICI almeno tendenti MELARIANI (al limite, tendenti fruttariani), (con i due totalmente indispensabili strumenti: DOMENICHE 3M e CLICK RISOLUTIVO),

3°M) MALIVOR-ECOVILLAGE/GNS: realizzazione del proprio ECOVILLAGGIO (o, molto meglio, dell'EV-SN) almeno fruttariano e poi MELARIANO (-respirariano), della propria RETE di ECOVILLAGGI (di EV-SN), sino finalmente alla SOCIETA' NATURALE GLOBALE (con i due totalmente indispensabili strumenti: CLICK RISOLUTIVO e DIRETTIVA PER LA SOCIETA' SOSTENIBILE E LA SOCIETA' NATURALE)]

Il PROGETTO 3M serve proprio per realizzare, nel modo più semplice e veloce possibile, tutta la propria NATURALIZZAZIONE 3M.

Ovviamente, siccome la realizzazione del proprio 1°M dipende principalmente da noi stessi, il progetto 3M aiuta (oltre che indirettamente il 1°M stesso) specialmente a realizzare i propri 2°M e 3°M, che dipendono anche da altri, e che, come predetto, è TOTALMENTE INDISPENSABILE che siano attuati in maniera del tutto CONTEMPORANEA al 1°M.

Comunque, IL PUNTO "CHIAVE" DI TUTTA LA NATURALIZZAZIONE 3M E' PROPRIO IL 2°M. Infatti, formarsi un proprio gruppo di amici con almeno gli stessi ideali naturali di fondo (2°M), E' PROPRIO IL "SEGRETO" ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE sia per MANTENERE nel tempo il proprio 1°M, sia per REALIZZARE il proprio 3°M.

Per questo motivo il PROGETTO 3M parte, MENTRE si realizza il personale 1°M, esattamente dal gettare le basi per il 2°M, cioè la formazione, totalmente essenziale, del proprio gruppo di amici, detti AMICI 3M, a formare un GRUPPO 3M, cioè DOVE OGNUNO TENDE A REALIZZARE TUTTI E 3 I PREDETTI PUNTI M, FINO A VIVERLI COMPLETAMENTE (cosa che costituisce proprio la realizzazione del progetto 3M).

Questo PROGETTO 3M è fondamentale, in quanto, come abbiamo visto e come vedremo anche più avanti, occorre sottolinearlo,

E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ANCHE GRAZIE AGLI AMICI CHE VANNO NELLA STESSA DIREZIONE CHE SI PUO' MINIMAMENTE REALIZZARE SIA IL PROPRIO PRIMO PUNTO M

(terminando e riuscendo a mantenere nel tempo, solo grazie anche alla sinergia degli amici, la riuscita della propria alimentazione naturale definitiva),

SIA IL PROPRIO SECONDO PUNTO M [trovando gli amici veri, che ti stimolano, anche involontariamente (avendo gli stessi valori), a procedere sempre in avanti, ma nella giusta direzione naturale della felicità], E SIA IL PROPRIO TERZO PUNTO M [cioè, realizzando con essi il proprio ecovillaggio (o, meglio, realizzando l'ev-sn, che vedremo più avanti), e aiutando per la propria rete di ecovillaggi, fino alla rete mondiale di ecovillaggi, e società naturale, che vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica].

Il PROGETTO 3M, quindi, è proprio L'AZIONE CENTRALE DELLA NOSTRA VITA, che, partendo da noi stessi e dagli amici, CONSENTE DI REALIZZARE CIASCUNO DEI NOSTRI 3 PUNTI M.

In altri termini, VISTO CHE RIGUARDA PROPRIO LA NOSTRA FELICITA', IL PROGETTO 3M E' ESATTAMENTE LA COSA PIU' IMPORTANTE IN ASSOLUTO DELLA NOSTRA VITA, MA E' ADDIRITTURA ASSOLUTAMENTE L'UNICA CHE CI BASTA FARE NELLA VITA.

Il PROGETTO 3M è molto semplice, in inglese è stato sintetizzato ottimamente, sintesi che lasciamo in lingua originale visto che rimane comprensibile:

1°M) MALIVORISM
2°M) MALIVOR-GROUP

3°M) MALIVOR-ECOVILLAGE/GNS (GNS è la Global Natural Society che vedremo più avanti).

Questa sintesi sottolinea anche che l'aspetto nutrizionale , il MALIVORISMO (applicato), esattamente come in tutte le altre specie viventi, riguarda proprio la struttura CENTRALE e PORTANTE del vivente stesso, cioè la sua STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA (1°M), la quale detta ovviamente TUTTE le altre caratteristiche delle strutture esterne al vivente medesimo, dagli INDIVIDUI CO-SPECIFICI (2°M) all'AMBIENTE SPECIE-SPECIFICO (3°M), caratteristiche che, come abbiamo visto anche nella naturalizzazione 3M, sono esattamente le UNICHE che consentono, ma solo se presenti CONTEMPORANEAMENTE, l'assetto profondamente essenziale di ogni vivente della situazione di minima energia strutturale, mentale e fisica, che si definisce FELICITA'.

Quindi questa sintesi significa anche che il malivorismo (applicato) è SOLO lo strumento TOTALMENTE INDISPENSABILE, in quanto l'OBIETTIVO finale è sempre la GLOBAL NATURAL SOCIETY (GNS), dove finalmente ogni persona vive in maniera spensierata e felice (ovviamente SENZA più nemmeno dover pensare a quale alimentazione si sta conducendo, come succede per qualsiasi altra specie animale che si nutre con il cibo adatto alla sua specie).

Vediamo ora il PROGETTO 3M più nel dettaglio, ricordando che l'attuazione assolutamente essenziale dei 3 punti M è soprattutto del tutto CONTEMPORANEA:

1°M) MALIVORISM:

MENTRE si realizza gradualmente il nostro punto 1°M, cioè MENTRE si procede nel proprio perfezionamento alimentare personale, fino almeno al FRUTTARISMO SOSTENIBILE e poi MELARISMO SALUTARE, esattamente nel modo predetto, occorre assolutamente INIZIARE SUBITO a formare un (postdetto) REGISTRO (di progetto) 3M.

Innanzi tutto, per far in modo che queste informazioni scientifiche siano conosciute anche come minimo dagli interessati nella nostra zona, occorre accertarsi che questo testo, SPECIE UMANA: progetto 3M, sia presente (totalmente) almeno nei siti delle associazioni vegetariane (e, se esistono, anche delle associazioni vegan, vegan-crudiste, fruttariane, melariane, ecc.), siti ecologisti, e analoghi, a cominciare dai più grandi della propria regione (di solito sono proprio nel capoluogo della propria regione), in qualsiasi nazione al mondo ci si trovi. (Mandarlo via e-mail all'associazione stessa, chiedendo cortesemente di inserirlo nel loro sito, anche a loro stesso grande vantaggio di diffusione scientifica).

Subito dopo, chiedere alle associazioni di aggiungere nel loro sito solamente una sorta di REGISTRO (di progetto) 3M dove gli ADERENTI AL PROGETTO 3M, cioè TUTTI COLORO che vogliono REALIZZARE TOTALMENTE IL PROGETTO 3M possono lasciare il loro indirizzo e-mail (specificando che è sempre anche ad interesse dell'associazione stessa, proprio per diffondere molto più velocemente le informazioni scientifiche fondamentali che riguardano l'associazione).

Fatto ciò, ovviamente, lasciare il proprio indirizzo e-mail nei predetti registri: con questo, si fa già parte del gruppo in formazione di aderenti al PROGETTO 3M.

Allo stesso tempo, quando si è raggiunta almeno la propria fase FRUTTARIANA, sia per INCREMENTARE e velocizzare la formazione di questo gruppo, sia per AIUTARE GLI ALTRI (cosa che è anche un ENORME regalo a se stessi: sentirsi UTILI al MASSIMO), è FONDAMENTALE fare (e farlo fare a TUTTI i fruttariani e melariani) un VIDEO di MASSIMO cinque minuti (è più utile anche per se stessi apparire) nel quale semplicemente si racconta la propria PERSONALE esperienza di MIGLIORAMENTO SALUTISTICO nella transizione verso il FRUTTARISMO o OLTRE, ed inserirlo in INTERNET, da facebook, youtube, fino a TUTTI i siti possibili;

inoltre, se in questa transizione al FRUTTARISMO o MELARISMO siete pure GUARITI da una MALATTIA o semplice disturbo, nel VIDEO spiegate bene TUTTI i dettagli di questa GUARIGIONE, da TUTTI i SINTOMI negativi SCOMPARSI fino, se le avete, ad inquadrare anche le ANALISI iniziali e finali che la dimostrano maggiormente; in quest'ultimo caso di GUARIGIONE è ANCORA PIU' IMPORTANTE inserire questo VIDEO pure in TUTTI i SITI o analoghi relativi proprio alla MALATTIA SPECIFICA da cui siete GUARITI:
è veramente ESSENZIALE che proprio i MALATI di OGNI tipo di PATOLOGIA, a cominciare esattamente dalle più GRAVI al mondo, possano vedere con i PROPRI OCCHI altre persone che, partendo dalla LORO STESSA MALATTIA, sono GUARITI TOTALMENTE semplicemente con la transizione al FRUTTARISMO o MELARISMO, e soprattutto SENZA alcun farmaco o analogo di qualsiasi tipo;

in OGNI video è FONDAMENTALE ricordare SEMPRE che il tipo di fruttarismo effettuato deve essere SOLO ed ESCLUSIVAMENTE l'UNICO FRUTTARISMO SOSTENIBILE, nelle sue TRE fasi, fino all'UNICO MELARISMO SALUTARE, dalla fase M1, PRECISAMENTE così come spiegati UNICAMENTE nel presente libro GRATUITO.

Visto che la procedura medica di DIMOSTRAZIONE SCIENTIFICA si basa soprattutto su dati STATISTICI più ampi possibile, questi VIDEO di testimonianze PERSONALI di miglioramento salutistico e specialmente di GUARIGIONE TOTALE da patologie (ottenute ESCLUSIVAMENTE tramite il suddetto metodo) È INDISPENSABILE che siano di numero SUPERIORE alle MOLTE DECINE di MIGLIAIA per OGNI PATOLOGIA, quindi anche se un giorno tali video vi

sembreranno già tanti, CONTINUATE AD AGGIUNGERLI ALL'INFINITO, proprio perché comunque si accelera la diffusione del predetto metodo, che OGNI SINGOLO MINUTO è l'UNICO al mondo capace di letteralmente SALVARE moltissime persone da SOFFERENZA e MORTE patologica.

Durante questa prima fase (1°M), anche per fare in modo da evitare di trovarsi isolati in una rete bio-elettromagnetica negativa (dal livello socio-psicologico fino a quello giuridico e burocratico) da locale fino a globale, che comporta necessariamente il fallimento di qualsiasi progetto, è DEL TUTTO ESSENZIALE iniziare, in prima persona, ad innescare quella reazione a catena informativa imprescindibile relativa al presente testo "SPECIE UMANA: progetto 3M", ottenibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE col semplicissimo metodo del CLICK RISOLUTIVO (spiegato nell'ultimo paragrafo della conclusione di questo testo; sempre partendo dai vertici fino alla base di qualsiasi settore della società); su questo dovete assolutamente metterci proprio TUTTE le energie che avete, sia perchè fare un click su un computer non costa niente, ma soprattutto perchè la TUA stessa felicità dipende specialmente da una società che MAI TI OSTACOLA, ma che necessariamente TI DEVE AIUTARE.

2°M) MALIVOR-GROUP:

SUBITO DOPO, la cosa migliore per conoscersi, e giungere alla formazione più spontanea del proprio GRUPPO di AMICI tendenti MELARIANI (o, almeno tendenti fruttariani), è aspettare che si raggiunga un certo numero di aderenti nel predetto registro (inizialmente anche una decina), per poi, CONTATTANDO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LE PERSONE DEL REGISTRO 3M, organizzare una FESTA di PROGETTO 3M, (cioè una festa con lo scopo finale di realizzare il PROGETTO 3M di tutti i partecipanti) ovviamente ESCLUSIVAMENTE almeno FRUTTARIANA, il giorno ideale è un sabato pomeriggio e sera, ed il luogo ideale è un posto in mezzo alla natura.

Evitare infatti, fare incontri solo discorsivi a tema (sono noiosi e tendono a dividere), in quanto il modo più naturale e bello per far nascere un'amicizia è solo ed esclusivamente in un clima di svago assolutamente spontaneo, magari con un po' di musica allegra di sottofondo, l'ideale è musica dal vivo, in un ambiente in cui le persone possano muoversi liberamente, magari con la presenza di una tavolata piena di frutta fresca di ogni tipo (è sufficiente che ognuno ne porti un po').

Ovviamente, siccome mai basta una festa per crearsi un gruppo di amici, e specialmente per poi realizzare il PROGETTO 3M, ciò serve anche per iniziare una ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE consuetudine (ognuno lo può fare principalmente per la propria zona) relativa, ad esempio, alle DOMENICHE (di progetto) 3M, pubblicizzate anche su internet, sempre aperte a tutti coloro che vogliono realizzare totalmente il PROGETTO 3M, naturalmente domeniche almeno esclusivamente FRUTTARIANE (a chi non è ancora fruttariano servono pure per disintossicarsi e per imparare a diventarlo, anche perchè

il fruttarismo attuato tutti INSIEME è facilissimo), sempre ad impostazione allegra e spontanea, con le quali si può trascorrere in maniera bellissima ogni domenica di TUTTO L'ANNO, anche attuando ogni volta un'idea diversa (o un mix delle seguenti) come:

- escursioni (passeggiate) tranquille in mezzo alla natura;
- feste, anche con strumenti musicali, in posti più naturali possibile;
- pranzi o, meglio, cene realizzando le ricette fruttariane più gustose del predetto relativo ricettario;
- cerchi di persone (tipo indiani d'America) dove ognuno a turno circolare si presenta e racconta la sua esperienza in questo campo (il cerchio è molto importante anche per far conoscere le persone tra loro, ed armonizzarsi meglio reciprocamente);
- conferenze in direzione pratica verso il PROGETTO 3M (fruttarismo, melarismo, ecovillaggi, ev-sn, società naturali, ecc);
- proiezione di filmati sui suddetti temi;
- ecc.

[un CONSIGLIO FONDAMENTALE: è ovvio che, specialmente all'inizio, ferma restando la essenziale tendenza di tutti a realizzare totalmente il PROGETTO 3M (che ovviamente è l'unica precondizione per andare avanti), ognuno avrà idee o sfumature leggermente diverse su qualsiasi dettaglio, ma è del tutto fondamentale che nessuno si preoccupi, anzi sono proprio queste differenze che riescono a farci perfezionare enormemente nei nostri avanzamenti, ma solo se vissute con allegro confronto, amicizia, senza contraddire subito l'altro ma cercando invece di capirne le profonde ragioni (che ci sono

sempre), e stare assolutamente tranquilli che, comunque, per quanto possa sembrare che le posizioni di tutti rimangano le stesse, invece nel profondo di ognuno le idee si sono già avvicinate ed amalgamate automaticamente (con un processo di maturazione inconscio e anche addirittura inconsapevole di quello che ognuno ha detto all'altro) e, col tempo, senza più nemmeno il bisogno di ritornare su quegli argomenti, ci si assesterà del tutto spontaneamente su un progetto pratico unico (la verità è una sola).

L'importante è porsi da subito in una condizione mentale per cui nessuna opinione diversa dalla nostra può farci male (tanto, come predetto si assesterà), ma anzi è l'unica cosa che può aiutarci ad avanzare, sia rafforzando che perfezionando le nostre opinioni precedenti: ecco perchè innervosirsi, alzare la voce, attaccare l'altro, parlare male di altri, ecc., sono proprio esattamente le cose che rovinano assolutamente TUTTO, dalla giornata all'intera amicizia; e MAI pensare che è meglio perdere una persona per una sua opinione diversa su un progetto unico finale (ovviamente sempre all'interno del progetto 3M), perchè è proprio quella persona LA TUA STESSA FORZA. Infatti, il più grande errore che si commette è sempre quello di dividersi, in qualsiasi campo, non sapendo che è proprio la PRIMA divisione di un gruppo, che, se si evita di cambiare l'atteggiamento mentale nel modo predetto, porterà inevitabilmente a dividere anche i sottogruppi fino a rimanere SOLI, determinando la FINE di qualsiasi progetto.

Quindi, in questi casi, TUTTE le vostre energie devono assolutamente essere protese a mantenere UNITO il gruppo, aiutando ad amalgamare le apparenti differenze (sono sempre apparenti;

BASTA PRENDERE IL LATO POSITIVO DI OGNI POSIZIONE |SENZA MAI ESCLUDERNE NESSUNA|, ED UNIRLI IN UNICA IMPOSTAZIONE PRATICA),

fino all'ARMONIA e ALLEGRIA TOTALI (che sono proprio l'UNICA base di qualsiasi realtà sociale), e specialmente a volerci bene tutti, sapendo che proprio colui che attacca, si innervosisce, alza la voce, o atteggiamenti analoghi, lo fa solo perchè in quel momento è molto più DEBOLE, e pensa di doversi difendere da un nemico esterno; è proprio in quel momento che dovete fargli capire che nessuno è contro di lui, e trasformare le discussioni teoriche in PROGETTI PRATICI, in cui ognuno, per quanto diverso, possa trovare una sua dimensione di FELICITA'.

Comunque, ricordarsi sempre le 3 basi fondamentali della DURATA di un gruppo di amici (ovvero, il segreto per l'ARMONIA):

1) fai SEMPRE il tifo per la felicità di TUTTI gli altri (ricordati che dare piacere |anche nelle piccole cose| UNISCE sempre di più le persone; del tutto al contrario, dare sofferenza |anche nelle piccole cose| ALLONTANA le persone);

2) se hai un problema (di qualsiasi tipo) con un altra persona PARLACI (DA SOLI, il prima possibile); (esponi A CUORE APERTO il tuo problema, dicendo tranquillamente TUTTO quello che senti: senza un limite di tempo, si deve parlare reciprocamente e chiarirsi FINO a che il problema si AZZERA; SOLO se ognuno mantiene SEMPRE AZZERATI i problemi con gli altri l'ARMONIA vola da sola SEMPRE AL MASSIMO con TUTTI);

3) in caso di opinione che si mantiene diversa trovare un compromesso (una via di mezzo) che va sufficientemente bene ad ENTRAMBI (esiste SEMPRE, ovviamente ognuno deve fare un piccolo sforzo, anche per la felicità dell'altro, che è SEMPRE fondamentale pure per la tua); (MAI innervosirsi, e, tanto meno, MAI alzare la voce, ma per farlo è TOTALMENTE INDISPENSABILE prendere PROFONDISSIMAMENTE coscienza che: ogni persona NASCE con un senso INNATO di GIUSTIZIA |anche se a volte può essere deviato da informazioni o interpretazioni errate|, quindi NESSUNO compie un'azione che tu reputi negativa VOLENDO fare del male a qualcuno, ma la compie SOLO perchè LUI PENSA CHE SIA GIUSTO, e comunque, CE LA STA METTENDO TUTTA |in quello che lui crede che sia GIUSTO|; SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se il TUO cervello si rende PROFONDISSIMAMENTE conto che lui compie quell'azione NON perchè VUOLE farti del male, ma, DEL TUTTO AL CONTRARIO, UNICAMENTE perchè ritiene che sia GIUSTO, SOLO allora ti verrà spontaneo MAI alzare la voce, ti verrà spontaneo MAI innervosirti , e chiarirti con la MASSIMA CALMA ed addirittura LA MASSIMA TENEREZZA proprio esattamente nei SUOI confronti, ottenendo UNICAMENTE in questo modo la MASSIMA ARMONIA anche con questa persona).

ESCLUSIVAMENTE se si vivono queste 3 semplicissime BASI essenziali dell'ARMONIA, si potrà dimenticare per sempre la paura di rimanere soli (con una solitudine persino sempre maggiore) ma addiritura è l'UNICO modo con cui si potrà formare SPONTANEAMENTE un MERAVIGLIOSO gruppo di AMICI (veri)].

Come evento saltuario aggiuntivo, conviene organizzare (ovviamente tramite internet) anche dei RADUNI (di progetto) 3M (sia a livello NAZIONALE che MONDIALE), sempre aperti a tutti coloro che vogliono realizzare totalmente il PROGETTO 3M, come sempre ovviamente raduni almeno esclusivamente FRUTTARIANI (come predetto, a chi è ancora per nulla fruttariano servono anche per disintossicarsi e per imparare a diventarlo, anche perchè il fruttarismo attuato tutti INSIEME è facilissimo), attuati in luoghi il più possibile naturali, e sempre ad impostazione allegra e spontanea (quelli nazionali

conviene siano almeno quattro all'anno, che durino tre o quattro giorni in corrispondenza di un week-end, e quelli mondiali, l'ideale è uno all'anno, per un paio di settimane di agosto, in un posto il più possibile intertropicale, o, ancora meglio, equatoriale (intorno ai 700-800 metri di altitudine, magari proprio in una postdetta società naturale).

Questi raduni a più ampio respiro, sono importanti per scambiarsi idee ed esperienze pratiche su progetti simili da tutto il mondo (anche con musica naturale, eventuali workshop, ecc.), ma anche per vivere un'esperienza fantastica di società del futuro (dove, tra l'altro, come vedremo avvenire nella postdetta società naturale, ogni persona del pianeta può vivere sia liberamente, che quanto vuole, con tutti gli altri).

Dunque, dal momento in cui si inizia la consuetudine delle predette DOMENICHE (di progetto) 3M, tutto è fatto di pura spontaneità, e proprio grazie ad esse si formano continuamente sempre più GRUPPI DI AMICI (ciascuno intorno ad una decina) (tendenti MELARIANI, o, almeno, tendenti fruttariani), ognuno dei quali decide di realizzare tutti insieme un ECOVILLAGGIO, o, molto meglio, un EV-SN (per entrambi, MELARIANO, o almeno fruttariano).

PER REALIZZARLO, BASTA SEGUIRE LE INDICAZIONI NEL PARAGRAFO RELATIVO all' EV-SN

[conoscersi di persona tra i fondatori è importante ma poi l'ideale è comunque il metodo descritto per la postdetta società naturale, cioè proponendo il progetto di EV-SN su internet ed arrivando ad un centinaio di persone con circa 1000 euro ciascuna (con numero di persone comunque successivamente aperto, grazie alla postdetta intestazione alla fondazione GNS, avente lo specificato statuto naturale); questo in quanto progetti con un numero chiuso (che è comunque innaturale) di persone sono destinati a fallire in poco tempo per il semplice motivo che mai consentono l'assolutamente essenziale assestamento interpersonale naturale spontaneo che solo un progetto aperto può determinare (infatti tutti i progetti a numero chiuso di persone sono falliti per incomprensioni o litigi che hanno portato all'allontanamento delle persone senza poi avere l'immediato naturale ricambio con energie fresche e più adatte di altre persone); da ricordare sempre che con progetti a numero chiuso di persone si spende molto più denaro per realizzarli (anche perchè si è in numero molto inferiore) e si è destinati a rimanere soli, senza l'indispesabile fattore di compagnia spontanea che è l'unico elemento che consente di far rimanere viva una qualsiasi comunità appartenente a qualsiasi specie animale (la natura è infatti sempre aperta, e, come sempre, essa è assolutamente l'unico modello vincente; MAI bisogna aver paura di diventare troppi, sia in quanto l'unica causa di fallimento è la solitudine e sia in quanto è proprio l'eccesso numerico di persone che determina l'enorme successo del progetto e che quindi può stimolare a realizzarne SUBITO un altro, nello stesso semplice modo suddetto)].

Anche durante questa seconda fase (2°M), sempre come condizione ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE per la riuscita del VOSTRO progetto, pure per evitare l'isolamento in una rete bio-elettromagnetica negativa (dal livello socio-psicologico fino a quello giuridico e burocratico) da locale fino a globale, che comporta necessariamente il fallimento di qualsiasi progetto, è TOTALMENTE INDISPENSABILE continuare, questa volta con la partecipazione di TUTTO il gruppo, a mantenere alta quella reazione a catena informativa imprescindibile relativa al presente testo “SPECIE UMANA: progetto 3M”, ottenibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE col semplicissimo metodo del CLICK RISOLUTIVO (spiegato nell'ultimo paragrafo della conclusione di questo testo; sempre partendo dai vertici fino alla base di qualsiasi settore della società; anche se si ripete l'invio dell'e-mail allo stesso indirizzo, da parte della persona singola, o del gruppo, o come accavallamento da parte di tutti gli altri gruppi del pianeta, questo è addirittura MOLTO MEGLIO, in quanto non fa altro che POTENZIARE l'informazione, che MAI troppa);

questa volta va fatto in maniera ancora più potente, mettendoci ancora proprio TUTTE le energie che avete, ma soprattutto facendolo con un gioco di SQUADRA almeno con tutti gli altri partecipanti al progetto, anche, se necessario, dividendosi i settori della società a cui inviare gli e-mail, con una PRECISIONE assoluta sempre più allargata, dal livello locale fino a quello come minimo nazionale; ricordatevi sempre che la riuscita del vostro stesso progetto dipende SOLO ed ESCLUSIVAMENTE da questo CLICK RISOLUTIVO,

che oltre ad essere un semplicissimo click su un computer che non costa niente, è l'unica azione che otterrà gradualmente l'indispensabile ABBATTIMENTO di TUTTI gli OSTACOLI sociali psico-fisici esterni, ma anche di consentire alla stessa società esterna di creare le condizioni, da quelle psicologiche fino a quelle GIURIDICHE e BUROCRATICHE, DI AIUTARVI nel vostro stupendo progetto, dall'ecovillaggio (meglio ev-sn) fino alla società naturale, cioè di aiutarvi proprio nella VOSTRA stessa felicità.

3°M) MALIVOR-ECOVILLAGE/GNS:

una volta realizzato il proprio ECOVILLAGGIO (o, molto meglio EV-SN) almeno FRUTTARIANO (o, molto meglio, MELARIANO) nel modo predetto (e che vedremo meglio nel capitolo relativo all’ecosistemica), proprio per evitare di sentirsi isolati nella zona, occorre aiutare altre persone a costituire altri ecovillaggi (sempre meglio ev-sn) esattamente vicini a quello proprio (per altri ecovillaggi bastano poche centinaia di metri di distanza, per altri ev-sn è meglio che sono addiritura adiacenti): per far ciò, conviene usare l'area comune (che vedremo meglio più avanti) del proprio stesso ecovillaggio (o EV-SN) per continuare ad organizzare, nello stesso modo predetto, sia tante feste di PROGETTO 3M, sia soprattutto (usarlo come base per) le DOMENICHE (di progetto) 3M, sia dei RADUNI (di progetto) 3M, nazionali (o

mondiali). E' ovvio che l'ideale è che si formino spontaneamente, in questo modo, anche diversi altri gruppi di amici a stesso predetto scopo, sempre in maniera da poter costituire UN ECOVILLAGGIO (o, molto meglio, EV-SN) DIVERSO PER OGNI GRUPPO, così da creare, come minimo, una RETE di ECOVILLAGGI (o, molto meglio, di EV-SN), almeno FRUTTARIANI (o, molto meglio, MELARIANI) [cioè la REF, o, molto meglio, REM, della propria regione, che farebbe parte della più grande FEN, cioè la Fruitarian Ecovillage Network (mondiale), o, molto meglio, della più grande MEN, cioè la Malivor Ecovillage Network (mondiale), rispetto le quali a tutti conviene aiutarne le formazioni fino alla loro estensione a tutto il pianeta (antropizzabile) (già esiste il GEN, Global Ecovillage Network |cioè rete mondiale di ecovillaggi|, che occorre aiutare a raggiungere un assetto almeno fruttariano, visto che, come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, lo stesso termine "eco" sottintende come minimo il fruttarismo della specie umana], fino alla (postdetta) SOCIETA' NATURALE.

Ciò consente almeno ad ogni ecovillaggio (o EV-SN) di far parte di un sistema in rete, parallelo alla rete preesistente di paesini e città circostanti, ma sempre integrato con questi ultimi, in modo tale da poter essere considerati anche degli ottimi MODELLI RIPRODUCIBILI.

SOLO IN QUESTO MODO SI CAMBIA VERAMENTE SE STESSI. E, SUCCESSIVAMENTE, SOLO QUESTO ESEMPIO, PERSONALE E COLLETTIVO, POTRA' CAMBIARE IL RESTO DEL PIANETA.

Una volta iniziata la stupenda avventura serena del proprio ecovillaggio (meglio ev-sn), e durante tutta la restante parte di questa terza fase (3°M), sempre come condizione ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE per la riuscita del VOSTRO progetto, pure per evitare l'isolamento in una rete bio-elettromagnetica negativa (dal livello socio-psicologico fino a quello giuridico e burocratico) da locale fino a globale, che comporta necessariamente il fallimento di qualsiasi progetto, è TOTALMENTE INDISPENSABILE, anche questa volta con la partecipazione di TUTTO il gruppo col predetto gioco di SQUADRA, terminare l'azione diffusiva iniziata, agendo in DUE modi contemporanei:

1) terminare totalmente fino al livello MONDIALE PIU' COMPLETO quella reazione a catena informativa imprescindibile, relativa al presente testo “SPECIE UMANA: progetto 3M”, ottenibile SOLO ed ESCLUSIVAMENTE col semplicissimo metodo del

   CLICK RISOLUTIVO

   e controllare SEMPRE (anche negli anni) che quella predetta reazione a catena informativa n MAI si fermi, ma che raggiunga a livello capillare ogni singola nazione, città, e luogo, fino all'ULTIMA persona di questo pianeta (da ricordare sempre, inoltre, che il mondo si modifica SOLO se si è TUTTI uniti, nessuno escluso);

2) siccome la sola informazione è insufficiente a consolidare le condizioni in miglioramento della società mondiale, come atto finale ma sempre DEL TUTTO INDISPENSABILE, occorre far in modo che l'ONU recepisca la DIRETTIVA PER LA SOCIETA' SOSTENIBILE E LA SOCIETA' NATURALE (esposta nel capitolo relativo all'ecosistemica) fino ad ogni rappresentante in sede ONU di ogni nazione del pianeta (si ricorda che l'ONU è un istituzione mondiale a cui appartengono assolutamente tutte le 192 nazioni del mondo), ma che essi, sapendo che l'ONU stessa è stata creata per l'unione di tutti i popoli proprio verso l'applicazione finalmente completa del diritto giuridico alla felicità di ogni persona (riconosciuto ormai come diritto giuridico persino costituzionale), e comunque del benessere massimo generale (dalla salute all'ambiente),

   - giungano all'APPROVAZIONE UFFICIALE della suddetta direttiva,

   - fino al controllo costante della sua RATIFICA NAZIONALE completa da parte di OGNI STATO del pianeta

Infatti, è ovvio che solo il DEFINITIVO RICONOSCIMENTO, almeno come realtà sociale parallela a quella attuale, della SOCIETA' SOSTENIBILE e soprattutto della SOCIETA' NATURALE, (entrambe come definite in questo testo) da parte di TUTTE le ISTITUZIONI POLITICHE del pianeta, può sancire definitivamente una qualsiasi modifica migliorativa dell'attuale modello di società, ancora oggi non solo del tutto insostenibile, ma addirittura sempre più pericoloso a livello sociale ed ambientale.

Da ricordare sempre che l'arma più potente per il successo è sempre il CUORE, la passione per la direzione della felicità individuale e collettiva, e che esso si può ottenere solo con la PACIFICA persuasione di tutti, nessuno escluso, ma soprattutto che ce la faremo a fare di questo pianeta un posto migliore SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se ognuno di noi metterà TUTTE le sue energie in quella direzione.

L'ERRORE PIU' GRANDE IN ASSOLUTO che si può fare nello stile di vita melariano (o fruttariano) E' SOTTOVALUTARE (anche di poco) L'IMPORTANZA ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE del PROGETTO 3M, SPECIALMENTE DEL PUNTO 2°M: essa è anche, infatti, pura biofisica ENERGETICA. Per motivi PROFONDI di energia strutturale ed energia dinamica: TU SEI LE PERSONE CHE FREQUENTI OGGI. Come abbiamo già detto, ogni sistema materiale dell'intero universo,

compresi quindi noi stessi, si muove seguendo il principio fisico della minima energia. Dobbiamo precisare, però, che in fisica (specialmente in meccanica quantistica), e quindi in biofisica, quando si parla di minima energia, si intende minima energia strutturale (cioè relativa alla struttura, ad esempio, del nostro corpo, che è proprio la situazione di massima salute), diversa dall'energia dinamica (anche potenziale, che è relativa, invece, al nostro movimento, fisico e mentale, e che, al contrario, è proprio inversamente proporzionale all'energia strutturale, cioè, quanto più siamo in minima energia strutturale, e quindi in salute e felicità, tanto più siamo in massima energia dinamica, anche potenziale, cioè capacità energetica massima di movimento, fisico e mentale, con relativa massima sensazione di energia stessa e vitalità).

Quindi, il primo nostro passo, 1°M, ci consente, attuando finalmente L'ALIMENTAZIONE ADATTA ALLA NOSTRA SPECIE, di far entrare il nostro corpo nello stato ottimale di MINIMA ENERGIA STRUTTURALE, e quindi di massima salute (fisica e mentale).

LA MINIMA ENERGIA STRUTTURALE DEL NOSTRO CORPO, LA POSSIAMO MANTENERE NEL TEMPO (come abbiamo visto, siamo fatti solo di onde elettromagnetiche, circondati solo da altre onde elettromagnetiche, visto che ogni cosa dell'universo è fatta solo di onde elettromagnetiche, cioè di energia pura, che interagiscono tra loro)

DEL TUTTO ESCLUSIVAMENTE SE SIAMO IMMERSI IN UN AMBIENTE CHE CI CIRCONDA fatto tutto di altri sistemi materiali, SPECIALMENTE PERSONE (essendo a frequenza più interattiva col nostro sistema materiale umano), ma anche tutto il resto dell'ambiente, ANCHE LORO IN UNA SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE, vista proprio la continua e velocissima interazione, e conseguente addirittura totale influenza, che avviene tra le varie onde elettromagnetiche, le nostre e dell'esterno.

E' proprio per questo motivo fisico elettromagnetico che, SE ANCHE SIAMO IN UNA CONDIZIONE OTTIMALE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE(cioè ci alimentiamo col cibo adatto alla nostra specie, o stiamo in forte tendenza verso quella fase), MA SIAMO CIRCONDATI DA PERSONE CHE SONO FUORI (PURTROPPO NE BASTA ASSOLUTAMENTE UNA SOLA), GRADUALMENTE, NEL TEMPO, per semplice interferenza elettromagnetica, DIVENTEREMO ENERGETICAMENTE ESATTAMENTE (O QUASI) COME LORO (l'energia funziona come i vasi comunicanti, quella maggiore passa a quella minore, ma il travaso elettromagnetico è estremamente maggiore, in quanto l'interazione elettromagnetica è assolutamente totale), cioè,

LE PERSONE INTORNO A NOI CI RIALZERANNO DISASTROSAMENTE TUTTI I NOSTRI LIVELLI DI ENERGIA (ELETTROMAGNETICA) STRUTTURALE, PORTANDO ANCHE LA NOSTRA INTERA STRUTTURA CEREBRALE INEVITABILMENTE A PROVARE, NEL TEMPO, IRRESISTIBILI VOGLIE INDOTTE DI TOSSINE ("CIBI" DIVERSI DA FRUTTA, ANCH'ESSI AD UNA PIU' ALTA ENERGIA STRUTTURALE), visto che, improvvisamente, E' PROPRIO IL NOSTRO CERVELLO STESSO, COSI' INFLUENZATO ENERGETICAMENTE DALLE PERSONE CHE CI CIRCONDANO, A TROVARSI AD UN LIVELLO DI ENERGIA STRUTTURALE PIU' SIMILE A QUELLO DELLE TOSSINE MEDESIME.

Di conseguenza, il nostro secondo passo, il 2°M, cioè IL CIRCONDARCI gradualmente DI PERSONE A MINIMA ENERGIA STRUTTURALE, cioè melariani (o, al limite, fruttariani), o, inizialmente, come minimo, almeno tendenti al melarismo (o al fruttarismo), E' UNA COSA ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE, MA ADDIRITTURA E' UNA COSA DEL TUTTO ESSENZIALE, proprio per il MANTENIMENTO NEL TEMPO SPECIALMENTE DELLA NOSTRA ALIMENTAZIONE NATURALE, condizione di base proprio per tutto il resto che riguarda la nostra vita, fino alla felicità stessa (in questa società, inizialmente è sufficiente almeno il nostro gruppo di amici, che possiamo consapevolizzare o, se necessario, ricrearci anche del tutto, pure nei modi predetti).

E' sufficiente, infatti, anche una sola persona nel nostro gruppo di amici che nemmeno tenda al fruttarismo, ad innalzare enormemente, ed in poco tempo, tutti i nostri livelli di energia strutturale, fino a ricrearci, SOPRATTUTTO INCONCIAMENTE, una situazione di voglia indotta di tossine (al suo stesso livello), che può esplodere proprio esattamente quando MENO ce lo aspettiamo.

Per questo, in biofisica ENERGETICA, anche per motivi di meccanica quantistica, si dice sempre: TU SARAI LE PERSONE CHE FREQUENTI OGGI.

A rigore scientifico, a livello di materia non barionica, che costituisce addirittura oltre il 99% delle unità strutturali fisiche di cui siamo composti, siccome quest'ultima passa anche da una persona all'altra proprio quasi alla velocità della luce, cioè prima di costituire praticamente totalmente il nostro corpo, costituiva, un solo attimo prima, il corpo della persona che ci sta vicino, potremmo addirittura dire che: tu sei le persone che frequenti (ma il "tu sarai" è più preciso, per semplici tempi di assestamento quantistico strutturale).

E' anche per tutti questi motivi biofisici che PER PULIRCIDENTRO DI NOI, allo stesso tempo, DOBBIAMO "PULIRE" (O, SE SERVE, SI CAMBIA) ANCHE CIO' CHE E' FUORI DI NOI.

Se è "SPORCO" (elettromagneticamente) ciò che è esterno a noi, ma soprattutto ciò che ci modifica di più, cioè le PERSONE, E' ESATTAMENTE COME CERCARE DI PULIRCI RESTANDO SOTTO UNA CASCATA DI FANGO: se anche

con una mano tentiamo di pulirci un braccio, un attimo dopo, anche quel punto stesso che cercavamo di pulire, sarà di nuovo ricoperto di fango.

FAREMMO TANTISSIMA FATICA A CERCARE DI PULIRCI, MA RIMARREMO SEMPRE UGUALMENTE DEL TUTTO SPORCHI.

Di conseguenza, l'unico modo per pulirci,, E' SEMPLICEMENTE QUELLO DI SPOSTARCI UN PO' PIU' IN LA', PROPRIO SOTTO UNA CASCATA DI ACQUA LIMPIDA. In questo modo, ALLA FINE SAREMO PERFETTAMENTE PULITI, MA ADDIRITTURA SENZA ALCUNA FATICA, persino anche rimanendo fermi: ci pensa l'acqua a pulirci.

E' INCREDIBILE LA POTENZA, IN TERMINI DI FACILITA', A RIMANERE ANCHE PER SEMPRE MELARIANI (O FRUTTARIANI), CHE HA IL FATTO DI FREQUENTARE LE PERSONE SINTONICHE ALMENO SULLE QUESTIONI DI BASE (melariani, o fruttariani, o ALMENO tendenti tali).

Si chiama POTENZA SOCIALE. E' la potenza del gruppo (specialmente di amici) che ci circonda, che ha come effetto proprio quello di aiutarci, fino a livello strutturale, specialmente molecolare, più profondo, E ADDIRITTURA SENZA CHE NEMMENO CE NE ACCORGIAMO, e, ovviamente, anche se nemmeno lo vogliamo, visto che e' indipende dalla nostra volontà, ma precisamente dalla materia di cui siamo fatti;

ECCO PERCHE' AVERE LA COSIDDETTA "FORZA DI VOLONTA'" SERVE ASSOLUTAMENTE A NIENTE, E ANZI, ESATTAMENTE AL CONTRARIO, PIU' CI SI SFORZA, PIU' ALLA FINE SI TORNERA' INDETRO.

Dunque, L'UNICO MODO PER CAMBIARE E' SENZA NESSUNA MINIMA FATICA, cambiando, cioè, contemporaneamente il nostro ESTERNO. (Ovviamente, come predetto, senza mai offendere nessuno, rimanendo in armonia col resto del mondo, ma non per questo rinunciare al bene più prezioso che la natura aveva previsto per tutti: la salute e poi la felicità).

Infatti, come dicono anche gli psicologi e master coach moderni, circondarsi di persone, in questo caso, almeno tendenti fruttariane, è come circondarci di un onda gigantesca che và dritta verso la meta: devi montare sulla tua tavola da surf e surfare.

E' l'onda stessa che ti porterà in avanti ad una velocità enorme,e addirittura senza mai più faticare o accorgertene nemmeno: IL MELARISMO (O FRUTTARISMO) SENZA ECCEZIONI, ma persino senza mai più la minima voglia di diverso cosiddetto "cibo" (anzi col fastidio al solo eventuale pensiero di diverso "cibo"), DIVENTA FIN TROPPO FACILE.

Quindi, se i tuoi attuali amici evitano di seguire, specialmente in un settore così centrale e di base per la propria vita come la SALUTE (e, quindi, l'alimentazione adatta alla nostra specie (sempre rimanendo in armonia con tutti) EVITA DI ESITARE UN SOLO ATTIMO A CREARTI, anche gradualmente, UN NUOVO GRUPPO DI AMICI: TUTTA LA TUA VITA, LA TUA SALUTE, LA TUA ALLEGRIA E LA TUA FELICITA', DIPENDERANNO, in questa a fase, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DA QUESTA SCELTA VERSO LA NATURA.

[Come vedremo pure più avanti, anche i primi potrai aiutarli INFINITAMENTE MEGLIO quando vivrai almeno in una stupenda RETE di ECOVILLAGGI, direttamente con migliaia di altre persone (in parallelo, come sta già avvenendo, con tutti gli altri posti del mondo), sempre inserite col resto della società (oggi è ancora e continuamente più facile con internet, cellulari e analoghi, alimentabili con pannellini solari sempre più minuscoli), dove sarà TOTALMENTE SUFFICIENTE invitarli per farli rendere conto che quello di cui parlavi non era un solamente un magnifico sogno, ma oggi ormai sempre di più UNA REALTA' SOCIALE, ma addirittura l'UNICA realtà sociale in grado di restituirci finalmente quella LIBERTA' che la natura ha donato gratutamente a qualsiasi vivente, dagli uccelli del cielo ai cavalli sulla terra, e che l'uomo ha persino quasi mentalmente dimenticato (sentendola però sempre nel suo istinto più profondo) pur appartenendo proprio alla specie talmente più biochimicamente evoluta da essere esattamente la più strutturalmente già perfettamente libera, libertà che ha già vissuto addirittura per milioni di anni, prima che le glaciazioni preistoriche, come abbiamo visto, ci portassero provvisoriamente ad intossicarci ed a compiere anche azioni che per nulla ci appartengono (per fortuna la natura ci ha dotati anche di una certa intelligenza che ci consente oggi di capire la specie a cui apparteniamo e di disintossicarci, contrariamente a molte altre specie che si sono estinte dopo le glaciazioni stesse).

Quindi, basterà un solo semplicissimo suddetto invito, per assistere a un loro GIGANTESCO passo avanti nella tua direzione senza dover più NEMMENO SPIEGARE NIENTE: sarà la TOTALE ARMONIA del posto a far scattare nel loro stesso ISTINTO la consapevolezza di essere di nuovo profondamente UNITI, come siamo GIA' tutti gli oltre sette miliardi di persone sull'intero pianeta, solo che OGNUNO HA I SUOI TEMPI, fisici e mentali, e vanno totalmente rispettati, come però tu devi rispettare anche te stesso SE SOGNI QUALCOSA CON TEMPI PIU' VELOCI: anzi sarà proprio esattamente grazie a una MAGGIORE velocità (che, verso la natura, MAI è troppa), che forse tutti insieme ce la faremo a fare di questo pianeta un posto migliore].

Ricordati sempre, infatti, che "AMICIZIA" deriva molto saggiamente da una parola antichissima "kam", che significa "desiderio, obiettivo", e profondamente vuol dire esattamente "STESSO OBIETTIVO (di stile di vita)", (come l'infinita

saggezza della NATURA stessa ha già previsto per assolutamente tutte le specie viventi) e finchè le persone hanno obiettivi (di stile di vita) diversi potranno al massimo farsi due risate insieme, ma mai potranno essere profondamente in sintonia.

E' come se in un viaggio due persone hanno due obiettivi di destinazione diversi: per quanto si possa fare un piccolo tratto insieme, poi ci si dovrà per forza dividere, proprio perchè ognuno è diretto in un posto diverso. Avere lo stesso obiettivo (di stile di vita), infatti, E' ESATTAMENTE LA CONSEGUENZA DEL CONDIVIDERE GLI STESSI VALORI DI FONDO, CHE E' PROPRIO LA CARATTERISTICA PIU' PROFONDA DI UNA VERA SINTONIA.

Quindi, anche alla fine di confronti opinionali, CHIEDETE SEMPRE QUAL'E' L'OBIETTIVO (di stile di vita) almeno di un amico, perchè l'obiettivo (di stile di vita) di una persona

E' PROPRIO ESATTAMENTE IL SIGNIFICATO E LA SINTESI DI TUTTI I SUOI VALORI e, di conseguenza, anche di tutti i suoi comportamenti, ED E', QUINDI, ANCHE L'UNICO VERO ELEMENTO CHE VI PUO' FAR CAPIRE IN UN SOLO ATTIMO SE SIETE GIA' IN SINTONIA SUFFICIENTE PER POTER AVERE UN PROGETTO COMUNE.

Ad esempio, se una persona ritiene ancora CHE IL VALORE DEL FALSO GUSTO DEL SUO PALATO SIA SUPERIORE AL VALORE DELL'INTERA VITA DI UN ALTRO ESERE VIVENTE (ANIMALE O VEGETALE),

è una persona purtroppo ancora profondamente intossicata, ed una persona che ancora nemmeno rispetta la VITA, dimostra di avere un intero sistema nervoso talmente in intossicazione aspecifica, che ovviamente nemmno può ancora provare rispetto, quello profondo, per nessuna cosa al mondo, compreso se stesso, e tanto meno per gli altri (anche se il primo a soffrirne è proprio lui): per questo motivo mai perfeziona la sua alimentazione, nemmeno per la sua salute, tanto meno per l'impatto sociale specialmente sul sud del mondo, ancora meno per gli altri esseri viventi, animali e piante, o per l'ambiente.

Comunque, una cosa assolutamente essenziale da fare per sè stessi, prima di capire gli altri, è chiarirsi esattamente IL PROPRIO OBIETTIVO DI STILE DI VITA, ovviamente quello che ci può dare la felicità.

Infatti, E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE AVENDO UN OBIETTIVO PRECISO NELLA VITA CHE SI PUO' ANCHE SPERARE DI OTTENERLO.

E' inoltre fondamentale sapere che quanto più la conoscenza del nostro obiettivo è DETTAGLIATA, tanto più riusciremo a cogliere al volo tutte le occasioni, nel corso della vita, e SFRUTTARE QUINDI TUTTE LE OPPORTUNITA' CHE CI CONSENTONO DI RAGGIUNGERLO, per il semplicissimo motivo che solo se conosciamo anche tutti i DETTAGLI del nostro obiettivo, SAPREMO RICONOSCERE, nel corso della nostra vita, tutte le OCCASIONI che ci possono servire proprio per ottenerli.

Ovviamente, l'OBIETTIVO MASSIMO della vita, quindi DI STILE DI VITA, di ognuno è la felicità, che, per tutti i motivi espressi in questo intero testo, sappiamo si può ottenere unicamente quando si arriva ad essere in totale

1) armonia con se stessi,
2) armonia con gli altri,
3) armonia con la natura,

cosa che, di conseguenza, avviene profondamente solo quando si è come MINIMO

1°M) IN PERFETTA SALUTE (cioè con una alimentazione adatta alla nostra specie),

2°M) CON AMICI IN SINTONIA (almeno nei valori ed obiettivi di base della vita),

3°M) IN UN ECOVILLAGGIO (o, meglio, SOCIETA' NATURALE) (che vedremo maggiormente nel capitolo inerente l'ecosistemica).

Di conseguenza, l'OBIETTIVO DI STILE DI VITA DI OGNUNO E' DEL TUTTO ESSENZIALE PER LA PROPRIA FELICITA' CHE SIA ESATTAMENTE LA REALIZZAZIONE TOTALE DI QUESTI 3 PUNTI, cioè proprio la base del predetto PROGETTO 3M.

Siccome, come abbiamo visto, l'amicizia è proprio "stesso obiettivo (di stile di vita)", PER TROVARE PERSONE PROFONDAMENTE IN SINTONIA, E' ANCORA DEL TUTTO ESSENZIALE CHE ABBIANO ANCHE LORO COME OBIETTIVO PROPRIO LA STESSA REALIZZAZIONE TOTALE DI ESATTAMENTE QUESTI 3 PUNTI.

IMPORTANZA FINALE E DECISIVA del punto 3°M:

l' ECOVILLAGGIO (o, meglio, SOCIETA' NATURALE) Come abbiamo visto, la minima energia strutturale del nostro corpo, cioè la nostra salute perfetta, LA POSSIAMO MANTENERE, NEL TEMPO, DEL TUTTO ESCLUSIVAMENTE se siamo circondati da altri sistemi materiali ANCH'ESSI IN UNA SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE, sempre per la continua interazione eletromagnetica tra noi e l'esterno.

Ovviamente, oltre alle PERSONE CHE CI CIRCONDANO, questo vale anche per tutto il resto dell' AMBIENTE CIRCOSTANTE, e, di conseguenza, il terzo passo della predetta naturalizzazione, il 3°M, E' L'ULTIMA COSA ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE.

Esso consiste, quindi, come vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, nell'inserirsi gradualmente PROPRIO NELL'AMBIENTE A MINIMA ENERGIA STRUTTURALE CHE ESISTE, la nostra nicchia ecologica, ovvero l' ECOSISTEMA ANTROPICO, cioè L'UNICO SISTEMA NATURALE ADATTO ALLA SPECIE UMANA, e, di conseguenza, essendo proprio l'unico in grado ad esercitare l'essenziale interazione elettromagnetica specie-specifica per la nostra specie, è anche l'unico ambiente in cui mai si determina nel nostro organismo

ASSOLUTAMENTE NESSUN TIPO DI BISOGNO INDOTTO, COMPRESA LA VOGLIA DI TOSSINE INDOTTA,

riuscendo finalmente a lasciare intatta LA NOSTRA ALIMENTAZIONE NATURALE, ma anche, con essa, tutto il restante NUOVO STILE DI VITA NATURALE, che è proprio l' UNICO che, possedendo l'energia strutturale minima, consente la FELICITA' (dal punto di vista biofisico, infatti, la felicità è la situazione di minima energia strutturale del nostro sistema nervoso, oltre che di tutto il resto).

Siccome L'UNICO SISTEMA AMBIENTALE che, oggi, si avvicina sufficentemente all' ECOSISTEMA ANTROPICO è proprio l' ECOVILLAGGIO (o, meglio, SOCIETA' NATURALE), DOBBIAMO SEMPLICEMENTE REALIZZARNE UNO CON IL NOSTRO PREDETTO GRUPPO DI AMICI. (Maggiori dettagli e perfezionamenti in questo senso saranno descritti sempre nel capitolo relativo all'ecosistemica).

NATURALIZZAZIONE 3M e, a maggior ragione, PROGETTO 3M: è anche LO STRUMENTO PIU' POTENTE IN ASSOLUTO PER LA DIFFUSIONE (dell''INFORMAZIONE e della PRATICA)

Esattamente l'errore più grande IN ASSOLUTO che si può fare nel campo della diffusione delle informazioni e della pratica sull'alimentazione naturale, sugli stili di vita naturale, tutti i loro effetti, ecc., é proprio quello di pensare "se frequento amici anche ostinatamente "diversi" da me almeno diffondo": NIENTE DI PEGGIORE, infatti, per diffondere questo genere di informazioni e pratica ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALI, che farlo da soli (o pochi), circondati da persone "contro" (o comunque di diversa opinione su essi), e addirittura da una quasi intera società "contro" (o di diversa opinione su essi).

Infatti, è solo una INTERA REALTA' SOCIALE NATURALE (come la RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI, o, ancora meglio, la SOCIETA' NATURALE, che approfondiremo più avanti), che può avere la MINIMA forza sufficiente per contrastare la montagna di persone che ci circondano in tutti i settori della nostra vita personale ma anche una POTENZA TALMENTE ENORMEMENTE PIU' GRANDE, da poter anche diffondere addirittura di moltissimo al di fuori della nostra cerchia di parenti e amici, fino persino a fare ottimamente DA ESEMPIO AD UNA INTERA SOCIETA'.

Ora, è ovvio che, una volta avviatici personalmente nel percorso 3M, nel crearsi un gruppo di amici in sintonia sui valori fondamentali, oltre che, ovviamente, sull'allegria, si cominci proprio dalle persone che già si frequentano in quel periodo, ma è altrettanto ovvio che, se tra loro ci sono persone che ancora ignorano la fondamentale importanza di questi argomenti, o che, comunque, ancora poco si pongono i predetti assolutamente essenziali obiettivi, in realtà, da quel momento, comprendiamo che ancora sono fuori sintonia con i nostri VALORI PIU' PROFONDI, e tanto meno, quindi, possono esserlo con i nostri

OBIETTIVI ASSOLUTAMENTE ESSENZIALI DI STILE DI VITA.

Sono esattamente purtroppo proprio queste persone che diventano del tutto IL PEGGIOR TIPO DI OSTACOLO IN ASSOLUTO CHE PUO' ESISTERE PRECISAMENTE TRA NOI E LA NOSTRA FELICITA'.
Essi inconsapevolmente diventano, quindi, PROPRIO LA COSA PIU' PERICOLOSA IN ASSOLUTO PER LA NOSTRA STESSA VITA (visto che l'argomento riguarda anche la minima salute), in quanto, essendo le più vicine a noi in quel momento, sono assolutamente in grado, inconsciamente ed in poco tempo, di rialzarci tutti i livelli di energia strutturale che avevamo per tanto lungamente cercato di naturalizzare,

ARRIVANDO A TOGLIERCI ANCHE LA COSA PIU' PREZIOSA CHE ABBIAMO, specialmente quando si persegue un obiettivo assolutamente essenziale: L'ENTUSIASMO.

Di conseguenza, in questo caso, l'unica cosa da fare è, proprio mentre si cominciano a cercare e trovare, nel modo predetto, gli amici almeno in sintonia di base, gradualmente ma decisamente, allontanarsi, sempre con delicatezza ed armonia, da quelli del passato. E' assolutamente fondamentale capire profondamente e subito che NULLA SI STA

TOGLIENDO NIENTE, SI STA SOLO AGGIUNGENDO, ED IN MANIERA ENORME. Il nuovo gruppo di amici in sintonia, anche in formazione, non solo ci darà gradualmente, sempre di più, LA VERA ALLEGRIA PROFONDA, che nemmeno lontanamente pensavamo potesse esistere, addirittura del tutto opposta rispetto a quella superficiale del passato, ma ci darà anche TUTTA QUELLA FORZA ED ADDIRITTURA POTENZA assolutamente speciali che ci consentiranno anche, nel presente ma soprattutto sempre più nel futuro, DI POTER DIFFONDERE, PERSINO IN MANIERA ENORMEMENTE PIU' VELOCE,

proprio tutte le informazioni e pratica relative ai presenti argomenti, per una infinità di motivi:

- sia perchè riusciremo a portare avanti noi, IN PRIMA PERSONA, tutto quello che diciamo, ed addirittura con talmente tanta facilità che non ce ne accorgeremo nemmeno più;

- sia perchè in un gruppo di amici in sintonia CI SI INCORAGGIA E RAFFORZA A VICENDA, anche con preziosissimi consigli, abbassando enormemente tutti i predetti livelli di energia strutturale, portandoci alla massima facilità di realizzazione di tutti i nostri sogni;

- sia perchè UN GRUPPO HA UNA POTENZA DI ESEMPIO ENORMEMENTE PIU' GRANDE DI QUELLA DEL SINGOLO, consentendoci di essere parte PROPRIO DELLO STRUMENTO DIFFUSIVO PIU' POTENTE CHE ESISTE SULL'INTERO PIANETA: L'ESEMPIO COLLETTIVO;

- sia perchè con un gruppo di amici di quel tipo SI PUO' REALIZZARE UN ECOVILLAGGIO ALMENO FRUTTARIANO, che, proprio perchè esiste anche come terreno e come strutture abitative, E' ESTREMAMENTE PIU' VISIBILE, E, QUINDI, ENORMEMENTE PIU' TRAINANTE COME ESEMPIO (pure con feste, visite guidate, anche per le scuole, conferenze, ecc.), ACCELERANDO INFINTAMENTE PROPRIO LA DIFFUSIONE STESSA Oltre che alla comunità locale, ma adirittura proprio alla società intera, e, anche tramite un sito internet, persino all'intero pianeta;
- ecc.

Come sempre, E' SOLO L'UNIONE CHE FA LA FORZA, specialmente poi riguardo LA DIFFUSIONE, che è proprio una delle cose più difficili.

In questo caso è l'unione di amici che, partendo dall'allegria e dagli stessi obiettivi di stile di vita, dal modello alimentare naturale, al rispetto della vita, all'ecologia, ecc. contribuiscono al miglioramento della società e del pianeta.

Tutto questo è anche confermato dall'etimologia stessa delle parole, che, come sappiamo, deriva direttamente dall'enorme saggezza dei millenni passati delle più antiche civiltà, che, gradualmente, ha dato forma ad ognuna delle parole che usiamo oggi.

Infatti, anche la parola sinonimo di amico, "COMPAGNO" (di vita), deriva da "cum-panis", che significa, in definitiva, esattamente proprio "STESSO CIBO", come ad indicare che soprattutto il tipo di alimentazione condotta, essendo, come abbiamo visto, legata indissolubilmente alla SALUTE e, quindi, alla cosa più importante in assoluto per l'intera vita, cioè la FELICITA', indica quindi anche I VALORI PIU' PROFONDI di una persona (visto anche che l'alimentazione, come sappiamo oggi, producendo i neurotrasmettitori del cervello, può modificare del tutto anche la qualità dei pensieri e dei comportamenti di una persona).

E ancora infatti, anche proprio la parola sinonimo di gruppo di amici, "COMITIVA", deriva da "comitis", che significa esattamente proprio "compagno" e quindi sempre "STESSO CIBO", come a sottolineare ancora una volta che è soprattutto il modello alimentare l'asse centrale attorno al quale si delineano tutte le altre caratteristiche fondamentali di un gruppo, fino addirittura all'intera società, visto che, infatti ancora per l'ennesima volta, anche persino la parola "SOCIETA'" deriva da "socius", che significa esattamente sempre proprio "compagno", e, quindi, sempre "STESSO CIBO", e, comunque, non poteva essere altrimenti visto che, come abbiamo già accennato, qualsiasi specie animale modella assolutamente l'intero insieme dei propri caratteri, sia a livello fenotipico che genotipico, centralmente sempre solo ed esclusivamente sulla propria alimentazione NATURALE.

D'altronde, da quando (come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna) si è provvisoriamente alzata l'energia strutturale dell'intera specie umana, solo dalla predetta prima glaciazione di 1,8 milioni di anni fa, siamo arrivati proprio alla FASE FINALE di assestamento energetico sulla minima energia strutturale della totale società umana.

Di conseguenza, come tutti gli assestamenti finali di sistemi elettromagnetici sulla minima energia strutturale, così anche quelli biofisici relativi alla specie umana, sviluppano prima la fase di formazione di GRUPPI elettromagnetici a minima energia, e solo attraverso l'ingrandimento graduale di questi gruppi si arriva alla trasmissione della minima energia strutturale a TUTTO il sistema. E' esattamente quello che sta sentendo di fare ISTINTIVAMENTE la specie umana (visto

che l'istinto profondo segue spontaneamente SOLO la minima energia strutturale) quando crea un GRUPPO a minima energia strutturale, quindi a MASSIMA evoluzione biochimica del ciclo H, cioè di MELARIANI (o, al limite, di FRUTTARIANI).

Sempre in modo analogo, successivamente, sarà proprio tramite l'ingrandimento graduale di questi gruppi, come vedremo nel capitolo relativo all'ecosistemica, sotto forma di RETI DI ECOVILLAGGI e SOCIETA' NATURALE che si arriverà alla trasmissione definitiva della minima energia strutturale, e quindi dell'impostazione ecologica adatta alla nostra specie, a tutto il sistema antropico (cioè all' INTERA SOCIETA' UMANA), sotto forma, dunque, di una RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI che, come vedremo meglio più avanti, già esiste (GEN, Global Ecovillage Network) ma è anche in FORTISSIMA CRESCITA, stimolata anche addirittura dall'azione delle Nazioni Unite (ONU), rappresentante tutte le 192 Nazioni dell'intero pianeta, che considera gli ECOVILLAGGI persino LA PUNTA DI DIAMANTE VERSO UNA SOCIETA' SOSTENIBILE, e, successivamente, VERSO UNA SOCIETA' NATURALE, e, quindi, FINALMENTE FELICE.

Specie umana, ultima frontiera: RESPIRARISMO.

Sembra che la SPECIE UMANA sia eterotroficamente MALIVORA, ma, a rigore scientifico, autotroficamente AEROVORA.

Specialmente negli ultimi decenni, alcuni settori della comunità scientifica mondiale stanno approfondendo il fenomeno del RESPIRARISMO (detto anche bretarismo, dall'inglese "breath"= respiro), cioè il nutrirsi di solo aria (in cui vi è anche luce), e, proprio negli ultimi anni, è finalmente stato posto un punto fermo:

LA SCIENZA UFFICIALE HA CONSTATATO E AFFERMATO CHE, anche se ancora inspiegati scientificamente tutti i dettagli, IL FENOMENO DEL RESPIRARISMO ESISTE, MA COME MECCANISMO FISIOLOGICO FUNZIONA ESTREMAMENTE MEGLIO DI QUALSIASI ALTRO FENOMENO TROFICO STUDIATO ANCHE STRUMENTALMENTE FINORA.

E' stato scientificamente constatato, infatti, che ESISTONO MOLTISSIME PERSONE (I RESPIRARIANI) CHE SI NUTRONO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI ARIA (in cui vi è anche luce), (quindi senza ingerire assolutamente mai nè cibo solido, nè cibo liquido, addirittura nemmeno acqua),

A QUALSIASI ETA', ANCHE AVANZATISSIMA, TUTTI I LORO PARAMETRI FISIOLOGICI
SONO PERFETTAMENTE E COSTANTEMENTE UGUALI A QUELLI DI UN GIOVANE DI 25 ANNI.

Altre ricerche sembrano evidenziare chiaramente anche che il fenomeno del respirarismo sia esistito costantemente in moltissime persone addirittura da relativamente poco dopo la nascita della specie umana, proprio come se la specie umana, terminato il processo di ominazione 7 milioni di anni fa, che lo ha portato ad una struttura malivora, dopo circa solo un altro milione di anni, avesse compiuto un ultimo passo evolutivo verso una struttura anatomica e fisiologica completamente AEROVORA, che, a rigore scientifico, in realtà, sembra che poteva scaturire solo da una precedente fisiologia malivora, costituendo quest'ultima il ciclo H a minima energia esistente al mondo (e questo, come vedremo meglio più avanti, è anche il motivo scientifico principale per cui solo la specie umana poteva essere pronta per un passo evolutivo a fisiologia aerovora, costituendo quest'ultima un ciclo H ad energia strutturale ancora più bassa del malivorismo stesso), ed essendosi anche riscontrato, infatti, che, come vedremo meglio più avanti, è perfettamente simile ad essa.

In altri termini, sembra che dopo l'acquisizione del malivorismo, il successivo passo evolutivo dell' AEROVORISMO altro è che LA VERSIONE FISIOLOGICA AUTOTROFA DEL MALIVORISMO STESSO.

In precedenza, si ipotizzava che, principalemente, proprio a partire dalla composizione chimica dell'aria, l'organismo umano potesse ricomporre tutte le sue molecole dai quattro elementi organici fondamentali che costituiscono oltre il 99% dell'intero organismo umano stesso, idrogeno, ossigeno, carbonio e azoto, e che, infatti, sono presenti anche nell'aria (compreso il restante meno dell'1% di oligoelementi), ma tutte le ultime ricerche,

[comprese quelle condotte in India DA OLTRE 35 MEDICI e SCIENZIATI di altri campi, con un numero elevato di strumentazioni costose moderne relative alle più approfondite rilevazioni fisiologiche, anche su una persona di 82 anni (al 2010) che sostiene (comprese le testimonianze) di essere RESPIRARIANA DA CIRCA 74 ANNI (da quando, cioè, aveva 8 anni), MONITORATA ADDIRITTURA 24 ORE SU 24 PER 2 VOLTE, la prima volta per circa dieci giorni, la seconda volta per oltre QUINDICI GIORNI, CHE E' RISULTATA MAI MANGIARE O BERE ASSOLUTAMENTE MAI (nessun tipo di liquido, NEMMENO ACQUA), e senza defecare mai, ma addirittura, diversamente anche da ogni forma di digiuno anidro, SENZA NEMMENO ASSOLUTAMENTE MAI URINARE; un altro elemento scientifico straordinario è che TUTTI I PARAMETRI FISIOLOGICI RILEVATI SU QUESTA PERSONA DI 82 ANNISONO PERFETTAMENTE UGUALI A QUELLI DI UN GIOVANE DI 25 ANNI;

la notizia ha fatto ovviamente anche il giro di tutti i telegiornali più importanti del mondo, oltre ad essere abbondantemente anche su internet], hanno evidenziato che il processo fisiologico respirariano di base sembra essere relativamente molto più semplice di quello suddetto (di ricomposizione molecolare dalle unità strutturali dell'aria) che si ipotizzava in precedenza: sembra, infatti, che, così come il malivorismo della specie umana utilizza un ciclo H simbiotico (cioè, in simbiosi con la struttura fisiologica del melo), il respirarismo, a rigore l'AEROVORISMO, della specie umana, utilizza un CICLO H AUTONOMO (cioè, che si chiude completamente all'interno dell'organismo umano stesso).

In altri termini, la predetta "discesa H" (fisiologia tipica degli animali), ma anche la predetta "salita H" (fisiologia tipica delle piante) sembra avvenire nello stesso organismo umano del respirariano.

Infatti da tutte le analisi fisiologiche strumentali altamente approfondite (compresa la risonanza magnetica), si è rilevato che, ANCHE SE LA PERSONA RESPIRARIANA MAI URINA, LA SUA VESCICA SI RIEMPIE E SI RISVUOTA, lentamente ma in continuazione, con rilevazione successiva, tra l'altro, di sostanze presenti nell'urina anche nel sangue.

Quindi, il sangue viene filtrato dai reni, SI FORMA L'URINA NELLA VESCICA, ma questa, invece di essere data, come nel nostro ecosistema naturale, all'albero che la ritrasforma biochimicamente in frutto (tramite la fotosintesi, anche dall'urea, contenendo azoto, costruisce principalmente le proteine, e anche dall'idrogeno dell'acqua e carbonio dell'aria, costruisce tutte le altre unità strutturali, compresi zuccheri, grassi e vitamine), VIENE RIASSORBITA DALL'ORGANISMO

(fenomeno già arcinoto nella fisiologia normale degli atleti, specialmente maratoneti, che, anche avendo un forte stimolo a farlo, mai urinano prima della gara, proprio per consentire all'urina di essere riassorbita dall'organismo durante la corsa, pure per reidratare sufficientemente l'organismo stesso e mai essere costretti troppo spesso a bere; spessissimo, infatti, anche se subito prima della maratona l'atleta aveva un forte stimolo ad urinare, avendola trattenuta ed il suo organismo riutilizzata dall'interno durante tutto il corso della gara, alla fine della maratona stessa sente nessuno stimolo ad urinare in quanto la vescica risulta totalmente vuota)

ED ESATTAMENTE IL SUDDETTO PROCESSO FOTOSINTETICO SEMBRA AVVENIRE SULLA SUPERFICIE DEL NOSTRO STESSO ORGANISMO (con meccanismo molecolare che vedremo più avanti) in stadio respirariano innescato, grazie alla luce solare, ma addirittura anche grazie

ALLA SOLA PRESENZA DELLE ONDE ELETTROMAGNETICHE PRESENTI NEL BUIO (sembra, infatti, che, discendendo filogeneticamente gli animali proprio dalle piante, all'epoca dei batteri marini autotrofi tipo alga azzurra, abbiamo conservato nel nostro junk-DNA, come in tutti i passaggi filogenetici, anche i geni che codificano le proteine relative alla fisiologia fotosintetica, consentendoci ancora oggi la possibilità di una fotosintesi animale, ma addirittura pure con le loro potenzialità sottomarine di codifica genetica di recettori elettromagnetici relativi alla "luce buia").

Di conseguenza, COSI' COME LA PIANTA FRUTTIFERA TRASFORMA soprattutto L'URINA IN FRUTTO, L'ORGANISMO UMANO in stadio respirarano SEMBRA TRASFORMARE fotosinteticamente L'URINA gradualmente IN UN PERFETTO LIQUIDO NUTRIZIONALE, con composizione chimica sembra molto simile a quella della mela rossa stark (tra l'altro, tasso proteico quasi nullo e massimo tasso di fruttosio), che, completando la salita H autotrofa all'interno dell'organismo umano (con un meccanismo che vedremo più avanti), FUORIESCE DALLE GHIANDOLE SALIVARI DEL RESPIRARIANO, massimamente squisito (a detta di tutti i respirariani), [dandogli a volte l'impressione che questo liquido (che gli orientali, compreso gli yogi respirariani, da millenni chiamano "AMRITA", che, significa esattamente "immortalità", e questo liquido, nella cultura orientale è proprio il sogno più ambito addirittura di tutti gli Dei) scenda direttamente dal centro del palato].

Ora, l'elemento scientifico più straordinario è che sembra, che esiste una perfetta AUTOTROFIA ANIMALE (prima si pensava che solo le piante fossero autotrofe, e gli animali solo eterotrofi), e che addirittura questa autotrofia animale SIA MOLTO PIU' EVOLUTA DI QUELLA VEGETALE: infatti mentre quella vegetale è una AUTOTROFIA IDRICA E SOLARE [cioè che ha bisogno d'acqua (bevuta dalla bocca delle piante, cioè le radici), e di luce solare], quella umana sembra essere addirittura una AUTOTROFIA ANIDRA ED ELETTROMAGNETICA [cioè che nemmeno ha bisogno dell'acqua (il respirariano mai beve), e nemmeno di luce solare (visto che il fenomeno è stato riscontrato avvenire anche in lunghi periodi di assenza di luce solare, dove sono presenti solo onde elettromagnetiche diverse, anche al buio totale delle grotte)].

Il fenomeno del respirarismo viene detto scientificamente AEROVORISMO, perchè L'ARIA INSPIRATA COME UNICO ALIMENTO, E' UNA VERA E PROPRIA PERFETTA STRUTTURA NUTRIZIONALE, in quanto, pur continuando a costituire direttamente la parte COMBURENTE della fisiologia (col principio attivo dell'ossigeno), ne costituisce indirettamente (innescando la trasformazione dell'urina nel perfetto liquido nutrizionale, e quindi anche nell'evolutissimo fruttosio) anche la parte COMBUSTIBILE, diventando così perfettamente l'analogo di un alimento, anche solido, ma è ancora più completa e fondamentale anche in quanto pure la sua più piccola porzione contiene la parte molecolare più nota, ma anche una infinità di altre strutture biologiche ed organiche, miliardi di particelle submolecolari e subatomiche, fino alla enorme percentuale volumetrica di materia non barionica ed ai miliardi di onde elettromagnetiche, sia strutturali che, come abbiamo già visto, costituenti il vuoto stesso, contenendo quindi una vera e propria (mai vita ma) VITALITA' che conferisce direttamente al nostro organismo.

Infatti, già dai millenni passati, la scienza olistica era talmente consapevole di questa capacità nutrizionale dell'aria, che gli antichi orientali mai chiamavano semplicemente "aria", ma i cinesi la chiamavano e la chiamano "chi", e gli indiani la chiamavano e la chiamano "PRANA", che significa proprio esattamente "vitalità", sostenendo che, appunto, IL PRANA E' L'UNICO VERO ALIMENTO DELLA SPECIE UMANA (in altri termini, così come la scienza più moderna sta arrivando a definire, a rigore scientifico, la specie umana come una specie esclusivamente aerovora, gli scienziati olisti orientali più avanzati hanno già da sempre sostenuto che la specie umana è una specie esclusivamente "pranivora").

Occorre precisare, inoltre, che la fisiologia autotrofa animale innescata dai respirariani, è una fisiologia che UTILIZZA IL SISTEMA DIGERENTE, e addirittura LO FA NELLA SUA FORMA PIU' PERFEZIONATA, digerendo, assorbendo ed infine consentendo l'assimilazione di quello che sembra essere proprio la composizione molecolare più perfetta come struttura nutrizionale per la specie umana, che è il predetto evolutissimo LIQUIDO NUTRIZIONALE secreto nel cavo orale (quest'ultimo, a livello biochimico, essendo in pratica una "MELA AUTOGENA (autoprodotta)" dal nostro organismo, e, quindi, come vedremo meglio più avanti, una mela proprio biochimicamente ancora più perfetta, visto anche che il nostro organismo conosce molto meglio dell'albero esterno le nostre esatte esigenze fisiologiche, dimostra che il nostro sistema

digerente è rimasto ad impostazione anotomo-fisiologica completamente malivora, e addirittura perfezionata).

La nostra struttura dentale sembra comunque importante sia per la fase melariana post-svezzamento, che, diminuendo gradualmente la quantità di mele, consente l'innesco del respirarismo già dai circa 7 anni dalla nascita, sia, al limite, come struttura emergenziale, come d'altronde lo è sempre quella genitale, che può essere anche non utilizzata mai nell'arco di una vita intera, specialmente in caso di equilibrio ecosistemico.

Anche per questo motivo, la nostra specie sembra sia stata l'unica specie animale al mondo a poter innescare la fisiologia aerovora, quindi autotrofa, proprio in quanto, sempre per il principio della minima energia, ESSENDO L'UNICA A PROVENIRE DALLA ALIMENTAZIONE SOLIDA PIU' BIOFISICAMENTE EVOLUTA, quella MELARIANA, l'unica cioè che, oltre ad essere a MINIMA QUANTITA' PROTEICA IN ASSOLUTO, consente l'innesco totale del raffinatissimo, MASSIMAMENTE EFFICIENTE e biochimicamente evolutissimo METABOLISMO DEL FRUTTOSIO, HA POTUTO, nelle condizioni ecosistemiche ideali preglaciali iniziali, man mano che diminuiva anche la quantità di mele necessarie alla nutrizione giornaliera (per effetto del naturale assestamento generale paleoecosistemico), GRADUALMENTE INNESCARE LA FISIOLOGIA AUTOTROFA ANIMALE, che, comunque, dopo il processo fotosintetico, prevede, infatti, una discesa H basata, proprio PER LA INDISPENSABILE MINIMIZZAZIONE FOTOSINTETICA, solo ed esclusivamente sulla minimizzazione assoluta proteica, e sulla perfetta e massimamente efficiente, come abbiamo già visto, struttura molecolare del fruttosio.

In altri termini, sembra il fenomeno respiriariano sia stato e sia, almeno per ora, possibile solo nella specie umana, in quanto siamo l'unica specie, finora, a fisiologia malivora, CHE E' PROPRIO QUELLA PIU' SIMILE E VICINA IN ASSOLUTO ALLA FISIOLOGIA AEROVORA. [Inoltre, sono stati rilevati pure innumerevoli altri PARAMETRI SCIENTIFICI che confermano che la specie animale a massima possibilità di innesco della fisiologia autotrofo-aerovora è proprio la SPECIE UMANA, ad esempio:

- anche tra tutti i mammiferi, ma addirittura pure tra i mammiferi più evoluti biochimicamente a ciclo H di minima energia, la SPECIE UMANA è proprio quella che presenta il LATTE SPECIE-SPECIFICO A MINIMA PERCENTUALE PROTEICA IN ASSOLUTO, indicando, come abbiamo visto, anche persino proprio nel periodo a massimo fabbisogno proteico in assoluto, un livello nutrizionale evolutissimo a MINIMA energia strutturale;

- come abbiamo visto, dall'anatomo-fisiologia comparata fino alla biochimico-fisica comparata, anche il cibo specie-specifico-post lattazione della specie umana è proprio esattamente il CIBO A MINORE PERCENTUALE PROTEICA IN ASSOLUTO tra tutti i cibi post-lattazione dei mammiferi dell'intero pianeta, SFIORANDO, per la PRIMA volta nell'intera evoluzione biologica, addirittura lo ZERO PROTEICO (0,17%);

- LA STRUTTURA MOLECOLARE generale soprattutto DELL' EMOGLOBINA della SPECIE UMANA E' PERFETTAMENTE IDENTICA ALLA STRUTTURA MOLECOLARE DELLA CLOROFILLA (principalmente un grande anello porfirinico particolare) che, è proprio la molecola che funge da recettore elettromagnetico della luce solare NELLE PIANTE per l'innesco DELLA FOTOSINTESI, con persino dei PERFEZIONAMENTI atomici presenti nella SPECIE UMANA;

- l'EMOGLOGINA ha una struttura molecolare generale IDENTICA a quella della CLOROFILLA, e addirittura con dei predetti PERFEZIONAMENTI atomici che dalle rilevazioni più recenti è risultata essere persino MOLTO PIU' EFFICACE ai fini proprio della POTENZIALITA' FOTOSINTETICA rispetto alla clorofilla stessa, a cominciare dallo spettro elettromagnetico passivo Compton ENORMEMENTE MAGGIORE:

  infatti, mentre al centro dell'anello porfirinico della CLOROFILLA delle piante è presente l'atomo di magnesio, che ha una struttura elettronica a molto più bassa potenzialità fotosintetica presentando SOLAMENTE 12 elettroni, al centro dell'anello porfirinico dell'emoglobina della specie umana è presente esattamente l'atomo di ferro, che ha una struttura elettronica ad ENORMEMENTE PIU' ALTA potenzialità FOTOSINTETICA di base anche in quanto presenta BEN 26 ELETTRONI,

  cioè PIU' DEL DOPPIO del magnesio della clorofilla DELLE PIANTE, consentendo all'EMOGLOBINA della SPECIE UMANA un EFFETTO COMPTON DI ATTIVAZIONE FOTOSINTETICA tramite interazione tra onda elettromagnetica esterna ed elettrone atomico centro-porfirinico, relativo ad uno spettro elettromagnetico ENORMEMENTE PIU' AMPIO DELLA CLOROFILLA STESSA;

- questo è uno dei motivi per cui mentre nelle PIANTE l'attivazione fotosintetica è consentita SOLO dalla frequenza e lunghezza d'onda della luce SOLARE,nella SPECIE UMANA l'attivazione FOTOSINTETICA è consentita, oltre che dalla luce SOLARE, da uno spettro elettromagnetico talmente più ampio da comprendere anche persino la parte relativa alla RADIAZIONE ELETTROMAGNETICA PRESENTE NEL BUIO, cioè anche in totale assenza di

luce solare, diretta o indiretta (come dimostrano anche tutti gli esperimenti sulla specie umana effettuati nella profondità delle grotte caratterizzate dal BUIO PIU' TOTALE);

- Inoltre, nella SPECIE UMANA, addirittura LA STRUTTURA GENERALE ORGANULARE alla quale è ancorata direttamente e indirettamente l'emoglobina, cioè il GLOBULO ROSSO (eritrocita), E' ESATTAMENTE IDENTICA ALLA STRUTTURA GENERALE ORGANULARE DEL TILACOIDE FOTOSINTETICO DEL CLOROPLASTO DELLE PIANTE alla quale è ancorata la clorofilla (persino la morfologia esterna di eritrocita e tilacoide è IDENTICA, con una struttura morfologica discoidale schiacciata centralmente e maggiormente volumetrica perifericamente, visto che, tra l'altro, anche l'eritrocita NON contiene una struttura nucleica);

- la struttura generale del GLOBULO ROSSO della specie umana è identica a quella del TILACOIDE FOTOSINTETICO delle piante, ma conferisce al GLOBULO ROSSO stesso una ulteriore ENORMEMENTE SUPERIORE POTENZIALITA' FOTOSINTETICA sia in quanto l'effetto Compton non è ostacolato dalla più primitiva disposizione tilacoidale pilare delle piante,

- e sia in quanto il GLOBULO ROSSO, contrariamente al tilacoide che è presente SOLO nei cloroplasti delle foglie della pianta, ha una presenza nell'ORGANISMO UMANO che va DALLA PERIFERIA PIU' ESTREMA (TUTTA la superficie cutanea), dove capta maggiormente la LUCE e le ALTRE ONDE ELETTROMAGNETICHE esterne, portando poi il fenomeno AUTOTROFICO immediatamente verso TUTTI gli altri settori dell'organismo stesso, fino agli organi PIU' INTERNI IN ASSOLUTO, e ADDIRITTURA AD OGNI SINGOLA CELLULA, risparmiando così anche la grande energia di trasporto attivo che la pianta, del tutto al contrario, è costretta ad utilizzare per traslare ogni molecola prodotta dalla fotosintesi poi fino alla cellula vegetale singola, persino fino al settore radicale ipogeo;

- un altro ennesimo PARAMETRO SCIENTIFICO che ha consentito filogeneticamente soprattutto alla SPECIE UMANA di innescare la fisiologia aero-AUTOTROFA anche FOTOSINTETICA, è una caratteristica esomorfologica dei mammiferi presente NELLA FORMA PIU' SPICCATA IN ASSOLUTO PROPRIO NELLA SPECIE UMANA STESSA: LA DIRADAZIONE MASSIMA ASSOLUTA DEI BULBI PILIFERI SU TUTTA LA SUPERFICIE DELL'ORGANISMO UMANO, che è ENORMEMENTE SUPERIORE alla media di qualsiasi altro mammiferoconsentendo per la PRIMA volta nella storia dell'evoluzione animale la MINIMA barriera pilo-cutanea, e quindi pure la MASSIMA ASSOLUTA ESPOSIZIONE ELETTROMAGNETICA CUTANEA e quindi ERITROCITICA, alla frequenza sia della luce solare che elettromagnetica generale esterna;

- da ricordare che anche il colore ROSA della nostra pelle è dovuto alla presenza pure ESTREMAMANTE ESTERNA, addirittura di quasi SUPERFICIE, proprio dei GLOBULI ROSSI, contrariamente anche a tutti gli altri primati più biochimicamente evoluti che presentano una copertura pilifera enormemente superiore a quella umana che impedisce di molto il passaggio della luce solare e della altre onde elettromagnetiche, e anche il colore stesso della loro pelle è molto più scuro per la presenza ad una maggiore profondità cutanea dei globuli rossi stessi, meno capaci, quindi, di captazione Compton della radiazione esterna medesima;

- un altro parametro che ha consentito alla SPECIE UMANA di usufruire di questa struttura anatomo-fisiologica favorevole all'innesco autotrofico anche fotosintetico, è la contemporanea co-evoluzione in un ecosistema che, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, è passato gradualmente DALLE BUIE FORESTE ad alto fusto degli altri primati antropomorfi, AL LUMINOSISSIMO ECOSISTEMA RADURALE malico specie-specifico, relativo alla componente vegetale di struttura sia secondaria a basso fusto, sia di maggiore distanza media interarborea, che ha comportato, unito all'acquisizione della POSTURA ERETTA che ha SCOPERTO TOTALMENTE all'ESPOSIZIONE LUMINOSA anche la sezione d'urto interattiva lombare, pure una ulteriore CAPACITA' DI CAPTAZIONE ELETTROMAGNETICA della SPECIE UMANA ENORMEMENTE SUPERIORE anche a TUTTI gli altri primati;

- durante lo stadio di alimentazione respirariana, nella SPECIE UMANA i precursori molecolari principali del meccanismo fotosintetico emoglobinico, risultano essere esattamente una parte delle molecole H_2O e CO_2 prodotte proprio dall'OSSIDAZIONE KREBS MITOCONDRIALE, efficientissima per effetto dell'utilizzo quasi esclusivo del fruttosio, ed espulsa in fase ematica prepolmonare;

  - in questo modo, anche il profilo del BILANCIO ENERGETICO fotosintetico umano risulta essere MOLTO PIU' EFFICIENTE persino di quello delle piante stesse, in quanto la SPECIE UMANA usa precursori fotosintetici ENDOGENI eaddirittura GIA' PRESENTI in fase ematica proprio nel settore EMOGLOBINICO per effetto della continua RESPIRAZIONE MIOTOCONDRIALE MEDESIMA, chiudendo il ciclo H di MINIMA energia all'INTERNO dello stesso organismo;

- allo stesso tempo, in stadio respirariano, l'IDRATAZIONE organica generale secondaria risulta provenire principalmente dalla COMPONENTE ACQUOSA URINARIA in riassorbimento (in misura completa consentita precisamente dalla DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA TOTALE ANCHE URINARIA; si ricorda che i respirariani in equilibrio fisiologico MAI URINANO), oltre che minoritariamente dall'UMIDITA' ATMOSFERICA STESSA sia in fase respiratoria polmonare che cutanea;

- come accennato e come è arcinoto in BIOFISICA FILOGENETICA, in fase unicellulare primordiale, LA FISIOLOGIA ETEROTROFA altro è che una DERIVAZIONE della FISIOLOGIA AUTOTROFA, che ne costruisce letteralmente il combustibile a catena atomica carbonica; in altri termini, GLI ANIMALI DISCENDONO ESATTAMENTE DALLE PIANTE; di conseguenza, il JUNK DNA, soprtattutto della SPECIE UMANA, che costituisce oltre il 90% del DNA stesso, contenendo, come è noto,

  I GENI CODIFICATORI DI OGNI FASE EVOLUTIVA DELLA SPECIE RELATIVA

  (ciò è anche direttamente visibile in fase di sviluppo UMANO intrauterino, durante il quale, si verifica il notissimo fenomeno fisiologico per cui L'ONTOGENESI RICAPITOLA LA FILOGENESI, che porta quindi l'individuo della SPECIE UMANA, dalla nascita intruterina in poi, a ripercorrere proprio esattamente almeno quasi TUTTE LE TAPPE DELA SUA EVOLUZIONE BIOLOGICA, compresa ad esempio la fase in cui il BAMBINO, all'interno dell'utero stesso, HA precisamente delle BRANCHIE COME I PESCI, con cui respira all'interno del liquido amniotico)

  CONTIENE ANCHE I GENI CHE CODIFICANO PERFETTAMENTE IL MECCANISMO FOTOSINTETICO,

  la cui potenzialità, dunque, MAI SI E' PERSA nel corso dei miliardi di anni di evoluzione

  DA QUANDO ERAVAMO INIZIALMENTE PIANTE, ma, per il semplice meccanismo FILOGENETICO della MINIMA energia, si è addirittura potenzialmente ENORMEMENTE PERFEZIONATO, a tal punto che l'individuo della SPECIE UMANA, in fase respirariana, può chiudere il ciclo H all'INTERNO del suo stesso organismo, tramite il meccanismo fotosintetico umano predetto, unito alla conseguente combustione krebs principalmente del fruttosio;

- inoltre, a parte evidenze di trasmutazione per effetto di microfenomeni nucleari interni alle specie animali, esistono evidenze sperimentali sempre maggiori che la SPECIE UMANA, ma solo in fase di disintossicazione aspecifica almeno quasi totale, quindi in fase respirariana, come accennato, possa comunque utilizzare anche gli stessi componenti atomici fondamentali dell'ARIA, cioè IDROGENO, OSSIGENO, CARBONIO e AZOTO, per costruire pure qualsiasi MOLECOLA ORGANICA del suo organismo, essendo i suddetti quattro elementi contenuti nell'ARIA, PROPRIO GLI STESSI IDENTICI ELEMENTI CHE COSTITUISCONO OLTRE IL 99% DEL NOSTRO STESSO ORGANISMO (e l'aria contiene addirittura anche il restante meno dell'1% di oligoelementi);

- tuttavia, quello che ha sorpreso di più gli scienziati è che, nell'organismo della SPECIE UMANA in disintossicazione aspecifica almeno quasi totale, cioè soprattutto in stadio di alimentazione respirariana, tutti i fenomeni predetti relativi al meccanismo fotosintetico umano, fino alla chiusura endogena del ciclo H (e l'utilizzo in fase eterotrofa pre-respirariana del glucosio-fruttosio), sembrano costituire solo meno del 10% della provenienza energetica totale, che l'organismo utilizzerebbe come minimo meccanismo fisiologico secondario; infatti, sembra che soprattutto in stadio respirariano,

  ADDIRITTURA OLTRE IL 90% DELL'ENERGIA DELLA CELLULA DERIVA DALL'IDROLISI DELLA MOLECOLA D'ACQUA,

  e solo meno del restante 10% dalla glicolisi (la scissione della molecola dello zucchero, che aumenta di percentuale solo in fase PRE-respirariana, soprattutto dall'onnarismo al fruttarismo invece di malivoro; in stadio repirariano, la molecola di zucchero è sempre prodotta dal predetto meccanismo fotosintetico umano);

  più dettagliatamente è stato rilevato come, a cominciaresempre all'interno dell'organismo almeno quasi completamente disintossicato aspecificamente, ma soprattutto tramite la nutrizione MALIVORA SPECIE-SPECIFICA che fornisce l'UNICA tipologia di molecola d'acqua FISIOLOGICA adatta alla nostra specie, cioè l'ACQUA CON STRUTTURA ESAGONALE, tipica degli organismi biochimicamente più evoluti a ciclo H di minima energia, nella scissione idrolitica predetta della molecola d'acqua (H_2O), la separazione dell'atomo di idrogeno da quello di ossigeno (più precisamente la scomposizione della molecola d'acqua nei due ioni H^+ e OH^-) avviene principalmente ad opera proprio dei potentissimi RAGGI COSMICI, presenti in maniera addirittura ISOTROPA anche nella biosfera terrestre, e secondariamente dalla radiazione solare, fenomeno biofisico che libera un'ENORME quantità di ENERGIA elettromagnetica, la quale, proprio tramite la stessa struttura

MITOCONDRIALE, fornisce direttamente ATP (adenosina trifosfato),

che, come è noto, è la molecola da cui deriva TUTTA la nostra energia, dall'attività muscolare fino a qualsiasi attività organica (la secondarietà della fonte radiante solare nella predetta idrolisi spiega anche la nostra parziale indipendenza fisiologico-energetica respirariana pure dalla luce solare, diretta e indiretta, anche se la luce solare rimane FONDAMENTALE per molti altri meccanismi fisiologici della specie umana, compresa la formazione della vitamina D, essenziale pure per la salute del nostro apparato scheletrico); quindi, a rigore scientifico, fondamentalmente, mentre quella delle PIANTE è una AUTOTROFIA SOLARE, quella ANIMALE evoluta è una AUTOTROFIA RADIOCOSMICA].

Ovviamente, sembra che l'enorme predetta catastrofe ecosistemica avvenuta a causa della glaciazione di 1,8 milioni di anni fa, ci ha costretti ad uscire gradualmente dall'aerovorismo esclusivo, per effetto di un estremo stress psicologico, dovuto essenzialmente ad una vita assolutamente inadatta alla nostra specie, in ecosistemi del tutto diversi, ma addirittura totalmente ostili alla specie umana.

Da molte ricerche preistoriche e storiche condotte, sembra comunque che, anche dopo la predetta glaciazione, ogni qualvolta le condizioni ecosistemiche lo hanno consentito, forse anche addirittura intere civiltà, o, comunque, alcune intere popolazioni, o, più spesso, parti di popolazioni della nostra specie, abbiano riattraversato fasi anche totalmente fruttariane, melariane o respirariane, lasciando però molte meno tracce rispetto gli altri modelli alimentari proprio per effetto di un almeno quasi perfetto equilibrio ecosistemico;

Comunque, anche da numerosissime fonti antiche orientali riguardanti, pure per derivazione orale, almeno decine di migliaia di anni fa, SAPPIAMO CHE I RESPIRARIANI SONO SEMPRE ESISTITI NELLA SPECIE UMANA, MA CHE ERANO CONSIDERATI ADDIRITTURA LA PIU' ALTA E FELICE DELLE NORMALITA' DI STILE DI VITA. Ancora oggi, gli studiosi scientifici di respirarismo, spiegano che IL NOSTRO ORGANISMO, avendo ormai acquisito totalmente una fisiologia di base aerovora, TENDE SPONTANEAMENTE IN CONTINUAZIONE AD INNESCARE UNA FISIOLOGIA RESPIRARIANA, MA OGNI VOLTA CHE NOI MANGIAMO QUALCOSA (fosse anche un frutto, fosse anche una mela) NOI LA BLOCCHIAMO.

Man mano che vanno avanti le ricerche scientifiche, sembra, quindi, che quella AEROVORA, cioè respirariana, SIA LA FISIOLOGIA NATURALE DELLA SPECIE UMANA.

[Va inoltre precisato che il RESPIRARISMO è MOLTO diverso sia dal cosiddetto "liquidarismo" (cioè, il nutrirsi solo di succhi di frutta, interi o diluiti), poichè quest'ultimo, oltre ad essere innaturale, in quanto la natura forma un frutto solido, inveci di un succo e basta, consta sempre di una fisiologia ancora eterotrofa, e, in pratica, altro è che un diverso tipo di fruttarismo

(ovviamente il liquidarismo, essendo FORTEMENTE INNATURALE, va evitato al MASSIMO, ma se qualcuno si ostina ad effettuarlo, il modo meno tossico per l'organismo umano è quello di usare ESCLUSIVAMENTE LA MELA STARK e renderla liquida tramite l'unica centrifuga naturale che esiste al mondo e cioè la nostra cavità orale |bocca e mai materiale artificiale di centrifuga, dentatura e mai lame artificiali, contatto immediato con saliva che impedisce l'ossidazione, ecc.|, poi ingoiare il liquido prodotto fino a fine masticazione ed infine sputare il residuo solido rimanente; dovete però sapere che facendo ciò impedite quasi TOTALMENTE all'organismo di PURIFICARSI, in quanto le fibre |ed altre preziosissime sostanze| della mela che sputate erano proprio le UNICHE molecole capaci di PURIFICARE TOTALMENTE anche l'intero vostro intestino, sia con l'azione meccanica di RIMOZIONE DI RESIDUI TOSSICI tramite il loro stesso passaggio nel totale canale enterico, sia con l'azione biochimica di ASSORBIMENTO TOTALE |è notoria la MASSIMA capacità di assorbimento biochimico proprio delle potentissime fibre della MELA| DI TUTTE LE SOSTANZE TOSSICHE RESIDUE INCROSTATE totalmente nell'intestino in anni di "alimentazione" tossica, ecc.; inoltre le fibre della mela sono proprio le UNICHE molecole che consentono il totale e naturale ASSORBIMENTO delle stesse sostanze contenute nel LIQUIDO della mela medesima, e la loro assenza porta inevitabilmente a numerose carenze, sempre maggiori nel tempo),

sia dal cosiddetto "acquarismo" (cioè, l'ingerire solo acqua), poichè questo, oltre ad essere ancora TOTALMENTE INNATURALE, in quanto, come già visto, l'acqua (inorganica, invece di quella FISIOLOGICA perfetta del frutto) è una sostanza decisamente TOSSICA per la specie umana, sembra consentire solo un molto parziale innesco della fisiologia autotrofa, e, inoltre, costringendo l'organismo ad urinare e, quindi, a sfruttare solo in piccola parte la trasformazione dell'urina in liquido nutrizionale, nemmeno consente la sufficiente alimentazione cellulare dell'intero organismo, portando, col tempo, a numerose carenze crescenti;

come vedremo meglio, il passaggio molto graduale al RESPIRARISMO SALUTARE si può effettuare SOLO ed ESCLUSIVAMENTE tramite il MELARISMO 3, sempre provenendo da tutte le fasi precedenti predette, con mele masticate a partire dalla mela naturale SOLIDA integra, assolutamente mai frullata, centrifugata o analoghi, visto anche che comunque la mela in natura è solida, ma dopo la masticazione quello che si ingoia è un liquido (comprese le sue preziosissime fibre), che tuttavia è l'UNICO liquido PERFETTO essendo derivato da una masticazione naturale senza nè la rottura di fibre, nè l'ossidazione di tutte le sostanze, come avviene con la frullatura, centifugatura o analoghi, le quali portano oltre che alla dannosissima modifica delle sostanze, anche alla mancanza sia di assorbimento che di

assimilazione di moltissime unità strutturali ESSENZIALI della mela stessa; ovviamente frullatura, centrifugatura e analoghi sono negativi per qualsiasi altro frutto, e, come predetto, possono essere usate solo come eccezione, ma solo fino alle 3 fasi fruttariane, e, come transizione, nella prima fase melariana, nei modi e tempi predetti; quindi l'unica sequenza SALUTARE è FRUTTARISMO-MELARISMO-RESPIRARISMO (senza NESSUN passaggio "liquidariano" o "acquariano", sempre DECISAMENTE TOSSICI per la salute umana, anche per tutti i motivi predetti)].

Il digiuno E' ASSOLUTAMENTE OPPOSTO al respirarismo: MAI vanno confusi in quanto mentre il digiuno rappresenta LA PEGGIORE FISIOLOGIA ETEROTROFA, il respirarismo rappresenta, del tutto al contrario, LA MIGLIORE FISIOLOGIA AUTOTROFA La dannosità estrema del digiuno verrà analizzata meglio nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica moderne, ma la cosa fondamentale è che mentre il digiuno è un semplice "stare senza mangiare (e talvolta anche nemmeno bere)", (cioè la semplice interruzione di un tipo di alimentazione), che, come vedremo meglio, innesca anche un deleterio metabolismo chetonico, il respirarismo, del tutto al contrario, E' UNA VERA E PRORIA ALIMENTAZIONE, ma addirittura sembra quella di più alto livello esistente.

Ad esempio, quando si è ancora in fase di DISINTOSSICAZIONE NON ULTIMATA, passando da solo mele al digiuno, si rimane in fisiologia eterotrofa, ma si passa dalla migliore fisiologia eterotrofa direttamente alla peggiore, visto che, come vederemo meglio, col digiuno, dopo circa 36 ore si innesca il metabolismo chetonico, enormemente intossicante (mai avviene alcuna disintossicazione, ma anche le tossine presenti vengono "bruciate", e come quando si bruciano rifiuti tossici, le sostanze che ne scaturiscono sono addirittura estremamente più tossiche e dannose; le tossine, infatti, mai vanno "bruciate", vanno semplicemente direttamente espulse |tramite gli apparati escretori, a cominciare dalle urine| come avviene perfettamente col solo mele, cosa che vedremo più in dettaglio nel capitolo relativo anche alla terapeutica moderna).

Invece, del tutto al contrario, ESCLUSIVAMENTE DOPO che l'organismo è COMPLETAMENTE DISINTOSSICATO, passando dal solo mele al respirarismo, si passa dalla migliore fisiologia eterotrofa alla migliore fisiologia autotrofa, quindi, si innesca il massacrante ed intossicante metabolismo chetonico, e addirittura si innesca l'ulteriolmente disintossicante METABOLISMO AUTOTROFO, che, a partire da aria e luce, trasforma la preziosissima urina (ormai pulitissima) nel perfetto liquido nutrizionale che fuoriesce dalle ghiandole salivari.

Il RESPIRARISMO si può fisiologicamente innescare SOLO ed ESCLUSIVAMENTE DOPO che l'organismo è TOTALMENTE DISINTOSSICATO, cioè COSI' DISINTOSSICATO ASPECIFICAMENTE che anche l'URINA E' TALMENTE PURIFICATA che CONSENTE all'organismo di RIASSORBIRLA AUTOMATICAMENTE chiudendo immediatamente il predetto CICLO H AUTOTROFO a minima energia

(l'urina MAI va trattenuta volontariamente, ma lo decide unicamente l'organismo stesso quando constata che l'urina è SUFFICIENTEMENTE PULITA; finchè l'organismo decide di liberarsi dell'urina facendo sentire lo stimolo di urinare vuol dire soprattutto che l'urina è ANCORA SPORCA DI TOSSINE ASPECIFICHE, rendendo, di conseguenza, ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE l'innesco stesso della fisiologia RESPIRARIANA, che, come abbiamo visto, può utilizzare ESCLUSIVAMENTE l'urina PERFETTAMENTE PURA);

questo è il motivo fisiologico principale per cui chi tenta di innescare la PERFETTA fisiologia AUTOTROFA RESPIRARIANA quando l'organismo è ancora anche PARZIALMENTE INTOSSICATO, iniziando a evitare di mangiare o bere più niente (di nutrizionale), in realtà ottiene ESATTAMENTE L'OPPOSTO,

Cioè innescare la DEVASTANTE fisiologia ETEROTROFA del digiuno, la cui pure MASSACRANTE ACIDOSI CHETONICA peggiorando gradualmente lo stato salutistico della persona, che, SE NEMMENO SA DISTINGUERE il digiuno dal respirarismo (i cui parametri differenziali vedremo più avanti) insistendo con la continuazione del digiuno, arriva INEVITABILMENTE e velocemente a peggiorare le sue condizioni, fino alla morte (col DIGIUNO anidro si muore in un MASSIMO di 21 giorni, che è esattamente il record mondiale ufficiale).

Quindi, ora è chiaro anche il motivo fondamentale per cui ASSOLUTAMENTE MAI FARE DIGIUNI PRIMA DEL RESPIRARISMO, perchè PER NIENTE SI STA' "allenando" alla fisiologia respirariana, ma addirittura, DEL TUTTO AL CONTRARIO, si conduce l'intero organismo nella direzione (ETEROTROFA) ESATTAMENTE OPPOSTA al respirarismo (AUTOTROFO) (oltre che letteralmente RISPORCARE ENORMEMENTE l'intero organismo di MICIDIALI TOSSINE derivanti anche dalla stessa massacrante ACIDOSI CHETONICA, sempre come vedremo meglio), rendendo poi sempre più difficile e addirittura IMPOSSIBILE, l'INNESCO della fisiologia respirariana stessa quando poi pur ci saranno le condizioni sufficienti.

Dunque, come predetto e vedremo meglio, l'UNICA sequenza possibile per INNESCARE la fisiologia RESPIRARIANA salutare è quella di "pulire" l'INTERO organismo SOLO ed ESCLUSIVAMENTE nel modo SPECIE-SPECIFICO predetto, cioè tramite tutte le PERFETTE FIBRE e SOSTANZE CHIMICHE della MELA ROSSA (stark) (ovviamente UNICAMENTE DOPO aver attuato TUTTE le fasi predette del perfezionamento alimentare fino al FRUTTARISMO SOSTENIBILE, di tutte e TRE le fasi, le UNICHE che consentono una essenziale PRE-pulizia organica prima dei TRE livelli del MELARISMO SALUTARE, il tutto eseguito SEMPRE SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con TUTTI i dettagli modali e temporali predetti e soprattutto quelli che vedremo più avanti). CAPIRE QUESTA DIFFERENZA ENORME, ADDIRITTURA IN OPPOSIZIONE

TOTALE, TRA DIGIUNO E RESPIRARISMO E' DEL TUTTO ESSENZIALE, ANCHE PER EVITARE DI CORRERE NESSUN RISCHIO NELLA FASE DI TRANSIZIONE VERSO IL RESPIRARISMO.

Infatti, come abbiamo visto anche per TUTTI gli altri modelli alimentari, anche il respirarismo, se si commettono degli ERRORI soprattutto in fase di preparazione, può portare a dei danni, e, ovviamente, se l'errore è grave e molto prolungato (oltre ai problemi salutistici relativi), si può arrivare anche ad INNUMEREVOLI tentativi di respirarismo falliti, o che durano poco, che poi è anche il motivo principale per cui esistono ancora troppo pochi respiriariani nel mondo, anche se, tramite queste corrette informazioni scientifiche, sono ormai in crescita esponenziale.

MOLTISSIME persone nel mondo, mentre pensavano di stare vivendo il respirarismo, si sono accorte che si trovavano invece in fisiologia del digiuno, e si sono dovute FERMARE per evitare di avere ulteriori danni; ALCUNI, purtroppo, ignorando questa TOTALE DIFFERENZA del tutto essenziale tra digiuno e respirarismo, hanno continuato in fisiologia del digiuno, e sono addirittura morti (facendo, tra l'altro, una cattiva pubblicità al respirarismo, che, invece sembra proprio il modello alimentare più perfezionato al mondo per la specie umana).

Per questo motivo, anche se ora daremo dei dettagli fondamentali per la fase di TRANSIZIONE verso il respirarismo, vi consigliamo assolutamente di iniziarla SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN PRESENZA DI ALMENO UN RESPIRARIANO, che lo fa già da MINIMO un ANNO, e che sia pure abbastanza esperto nel saper distinguere i sintomi e le sensazioni del digiuno da quelli del respirarismo.

Fase di TRANSIZIONE verso il RESPIRARISMO SALUTARE:

l'UNICA porta d'entrata al respirarismo salutare è proprio il MELARISMO (SALUTARE 3) (ovviamente, effettuando prima TUTTE le precedenti fasi di perfezionamento "alimentare")

Innanzi tutto, occorre subito distinguere il respirarismo (insalutare) (cioè innescato in modo mai specie-specifico) dal RESPIRARISMO SALUTARE (cioè innescato nel modo SPECIE-SPECIFICO per la SPECIE UMANA): moltissimi respiriani nel mondo, anche famosi, avendo MAI effettuato un innesco NATURALE per la SPECIE UMANA del respirarismo, passando al respirarismo stesso direttamente dal TOSSICO "cibo" ASPECIFICO [ad esempio dal riso, oppure dalle arance, oppure da succhi o spremute di frutta, ancora peggio se diluiti con acqua inorganica (cosiddetto "liquidarismo"), oppure da acqua inorganica (cosiddetto "acquarismo"), ecc.],

pur riuscendo ad innescare la fisiologia respiriariana di base, ed alcuni attuandola anche per tutta la vita, mai avendo pulito COMPLETAMENTE l'organismo come SOLO ed ECLUSIVAMENTE le fibre e sostanze chimiche SPECIE-SPECIFICHE della MELA (rossa) possono fare, le TOSSINE aspecifiche residue mai hanno consentito un'attivazione completamente salutare del respirarismo, portando nel tempo sia a piccole difunzioni organiche sempre maggiori, sia ad una velocità di processi d'invecchiamento principalmente esteriore comparabile (come le stesse suddette disfunzioni) con quella relativa soprattutto al "cibo" aspecifico usato per l'innesco respiriariano (insalutare), confermando che specialmente l'ULTIMO cibo usato (cioè nell'ultimo periodo) lascia un'IMPRONTA fisiologica INDELEBILE per TUTTA la durata del respirarismo;

ecco anche perchè è DEL TUTTO INDISPENSABILE innescare il respirarismo tramite la MELA rossa (stark), in quanto è l'UNICO cibo al mondo capace di attivare il METABOLISMO anche BASALE DEL FRUTTOSIO (anzichè del glucosio) nella SPECIE UMANA, lasciando un'IMPRONTA fisiologica PERFETTAMENTE SALUTARE per TUTTA la durata del RESPIRARISMO;

[il respirarismo innescato col "cibo" aspecifico è esattamente come un aereo che decolla con i pesi delle due ali ("intossicate") completamente diversi, portando l'aereo, se al limite riesce a decollare, ad un assetto di volo completamente sbilanciato, con l'aereo sempre più storto verso l'ala più pesante, sforzando sempre più i reattori e la struttura generale fino a guasti sempre più gravi e poi rottura definitiva]; del tutto al contrario, il RESPIRARISMO SALUTARE, cioè attivato con la predetta sequenza di perfezionamento alimentare di BASE e ULTIMAZIONE TOTALMENTE SPECIE-SPECIFICA, ha dimostrato di essere attivato in tempi MOLTO più brevi, e con una dinamica sensoriale SEMPRE ASSOLUTAMENTE PIACEVOLE, e addirittura con un COSTANTE MIGLIORAMENTO di TUTTO lo stato SALUTARE, dal livello fisico a quello psicologico, fino persino all'innesco della fase cellulare G-ZERO, quindi al blocco PIU' TOTALE dei processi d'invecchiamento.

Quindi, nel perfezionamento alimentare che va dal modello alimentare onnariano a quello melariano salutare, il modello alimentare RESPIRARIANO SALUTARE è la fase successiva a quest'ultimo. Infatti, anche dalle tante esperienze nel mondo, si è constatato chiaramente che l'UNICA porta di entrata nel RESPIRARISMO SALUTARE, quindi senza alcuna sofferenza e con il massimo piacere, ma persino col MASSIMO e COSTANTE MIGLIORAMENTO SALUTISTICO, è proprio il MELARISMO 3 (come predetto nel paragrafo relativo, ovviamente sempre preceduto da TUTTE le suddette fasi di perfezionamento alimentare SPECIE-SPECIFICO), anche perchè, come accennavamo prima, il RESPIRARISMO, a livello fisiologico, e' un "AUTOMELARISMO", in cui cioè al posto di una mela (al giorno), si ingoia una "automela" (al giorno), cioè una "mela autoprodotta" dall'organismo stesso, e anche per questo (conoscendo, il nostro organismo, molto meglio dell'albero le nostre precise e anche contingenti |variano da momento a momento| esigenze fisiologiche) Perfetta,

ma addirittura sempre perfettamente modulata a seconda delle nostre esatte esigenze fisiologiche di ogni momento, e, di conseguenza, precisamente per questo motivo, il melarismo (proprio anche come composizione chimica) è l'unico modello alimentare che consente la essenziale massima gradualità nella transizione verso il respirarismo.

[Ciò è stato anche ulteriolmente CONFERMATO dalle innumerevoli esperienze NEGATIVE provocate da "metodi" DIVERSI, come, ad esempio, i cosiddetti "processi" (di presunta transizione al respirarismo) di 21 giorni, o tutti i loro simili o analoghi, alcuni usando anche arance o altra frutta acida, che hanno provocato molte sofferenze o danni in tutto il mondo, e almeno cinque morti accertati; gli stessi autori di questi metodi, in seguito, hanno avvertito di MAI applicarli assolutamente, ma di effettuare, invece, una GRANDE GRADUALITA', specialmente FRUTTARIANA e MELARIANA, queste ultime come MINIMO di MOLTI mesi, fino ad avere una PROFONDISSIMA pulizia interna di DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, PRIMA di iniziare la fase di transizione verso il respirarismo].

Come abbiamo visto, in tutti i fenomeni di raggiungimento di equilibrio, la gradualità del cambiamento diventa più lunga a mano a mano che ci si avvicina all'equilibrio finale, così, come per avviare il melarismo 2 occorre una gradualità maggiore che per tutte le fasi e sottofasi precedenti, per innescare la fisiologia respirariana occorre, ovviamente, una gradualità ancora maggiore, anche ulteriori MOLTI mesi, attraverso proprio il melarismo salutare 3.

Il MELARISMO SALUTARE 3 ha l'impostazione definita: MELARISMO 2 SCALARE.

Esso consiste in questo: dopo un certo periodo di melarismo 2, MAI meno di MOLTI mesi (di numero variabile a seconda del tipo di organismo e dello stato di intossicazione precedente), effettuato con PESO corporeo ASSOLUTAMENTE COSTANTE (MAI INFERIORE AI PARAMETRI DI PESO PREDETTI) e con energia fisica e mentale MASSIME, SOLO se si comincia a sentire che la quantità di una mela giornaliera (dei predetti circa 4 etti) sia addirittura troppa [significa che l'acqua legata alle sostanze organiche, presente nelle nostre cellule, soprattutto a livello mitocondriale, sta diventando quasi tutta a struttura esagonale, specialmente negli strati extramolecolari Y e Z, iniziando a consentire, di conseguenza, ai fenomeni di idrolisi radiocosmica della molecola d'acqua di conferire l'energia da essi scaturita al mitocondrio, in grado, quindi, di produrre ATP dalla secondaria glicolisi, come avviene in tutti gli stati di forte o decisa intossicazione aspecifica (cioè dall'onnarismo al fruttarismo), finalmente, anche dalla stessa predetta primaria idrolisi] allora si può tentare a diminuire un poco (ad esempio di 50 grammi, mai di più) il peso della mela giornaliera; SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se il peso corporeo (e l'energia) rimane ANCORA COSTANTE, si continua con questa nuova quantità di mela giornaliera; questa procedura si DEVE ripetere MOLTE VOLTE, a passetti anche PICCOLISSIMI, i cui tempi deve decidere, quindi, UNICAMENTE il nostro organismo stesso;

FONDAMENTALE: se il peso corporeo (o l'energia) comincia a calare, vuol dire che si sta procedendo troppo velocemente, l'organismo non è ancora pronto, e quindi si DEVE ASSOLUTAMENTE fare un passettino indietro nel precedente livello di gradualità.

Una volta giunti, nel suddetto modo, ad una quantità di mela giornaliera uguale o inferiore a 50 grammi (con acqua MAI più bevuta e sete totalmente assente almeno dal melarismo 1), sempre a peso corporeo ASSOLUTAMENTE COSTANTE, ed energia fisica e mentale MASSIME, dopo ALMENO MOLTE SETTIMANE di questi due parametri perfettamente evidenti, oltre l'assenza totale di cosiddette "forme di disintossicazione" (spiegate meglio più avanti), SOLO se nelll'organismo profondamente è la necessità, allora si può iniziare a tentare di togliere GRADUALMENTE anche quell'ultima quantità giornaliera fino a zero, innescando così la completa fisiologia respirariana (lasciando, ovviamente, l'assenza di acqua, sempre in parallela totale assenza di sete); da SUBITO dopo e per un primo periodo di almeno MOLTI mesi, si devono tenere sotto controllo TUTTI i 6 parametri FONDAMENTALI del respirarismo citati nel prossimo paragrafo, a cominciare sempre da PESO corporeo ASSOLUTAMENTE COSTANTE e ENERGIA fisica e mentale MASSIMA; se cala anche UNO SOLO specialmente di questi due, si DEVE ASSOLUTAMENTE fare un passettino indietro nel precedente livello di gradualità.

Come abbiamo visto, se si effettua la transizione al respirarismo, proprio per evitare che alla fine si inneschi, invece, la tossica fisiologia del digiuno, occorre PRIMA arrivare ad uno stadio DI DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA MASSIMA, e SOLO DOPO effettuare la procedura suddetta.

Quindi, fermi restando i tempi MINIMI predetti, è bene ripetere che i segnali fisiologici fondamentali, in fase di melarismo 2 e 3, indicanti che si è massimamente disintossicati sono quattro:

1) il PESO corporeo deve essere sempre COSTANTE;
2) l'ENERGIA, fisica e mentale, deve essere sempre MASSIMA;
3) deve esserci una ASSENZA TOTALE di cosiddette "forme di disintossicazione" [cioè di qualsiasi sintomatologia negativa, che, come predetto, in realtà è sintomo di processo di leggera intossicazione INDIRETTA (cioè da tossine pregresse) in corso; nel caso sia presente, occorre frenarla (proprio per farla diventare vera

disintossicazione, cioè ASINTOMATICA e FISIONEUTRA), come vedremo meglio nel capitolo relativo alla patologia e terapeutica, tramite un passettino indietro nella gradualità, che, in questo caso, corrisponde ad un aumento quantitativo provvisorio di mele);

4) sete di acqua assolutamente e costantemente NULLA [ovviamente, se si vuole effetuare la transizione al respirarismo, oltre ad avere i primi tre sudetti segnali fisiologici fondamentali di disintossicazione massima, si deve prima arrivare alla situazione fisiologica (ma almeno dal melarismo 1) in cui ogni sete di acqua è scomparsa totalmente, qualsiasi sia il tempo necessario per arrivarci

(eventualmente, comunque, in questa fase, in presenza del minimo sintomo della sete, effettuare una breve serie di respirazioni profonde, con inspirazione ed espirazione solo nasale, trattenendo lo stadio di inspirazione massima per qualche secondo, in modo da consentire specialmente all'ossigeno un maggiore grado di assorbimento ematico; ciò alcalinizza il sangue, accelera la disintossicazione aspecifica cellulare, facilita l'idratazione cellulare, e la sete normalmente scompare)].

[Essendo anche una abitudine semplicemente NATURALE per la nostra specie, da almeno l'inizio del melarismo 2 in poi, parallelamente, (anche se si vive ancora in città), occorre (specialmente per agevolare l'INNESCO della fisiologia respirariana) prendere, almeno una volta al giorno, per almeno un'ora, un po' di sole diretto, su tutta la superficie del corpo (ricordarsi che il sole, per la specie umana, che è una specie di radura arborea, e, quindi, una specie principalemente d'ombra di chioma arborea, mai va preso per troppe ore al giorno; l'ideale, sempre per la nostra specie, sono le ore della prima mattina e del tardo pomeriggio, ore in cui, in ecosistema antropico, l'inclinazione dei raggi solari consente di raggiungere l'individuo fruttivoro anche sotto la chioma arborea), e, allo stesso tempo, sempre almeno una volta al giorno, specialmente in fase di esposizione solare, effettuare una breve serie di respirazioni profonde, nel modo predetto].

Perfezionamento alimentare personale: punto di arrivo: RESPIRARISMO SALUTARE ®

Da questo momento, lo ripetiamo, E' ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE CHE SIETE SEGUITI PERSONALMENTE DA ALMENO UN RESPIRARIANO ESPERTO, che sia respirariano MINIMO da un ANNO, capace, quindi, anche di distinguere se in voi compaiano i negativi sintomi del digiuno (in tal caso vuol dire che è stato commesso qualche errore, e si sta innescando il negativo metabolismo chetonico del digiuno; di conseguenza, se i sintomi rimangono, occorre riprendere gradualmente il melarismo; se, poi, si vuole ritentare l'innesco respirariano, occorre prima capire bene gli errori commessi, e, solo dopo ciò, ricominciare gradualmente, seguendo la stessa suddetta gradualità e procedura, in ogni dettaglio, a partire dallo stadio melariano in cui si è ritornati), o le positivissime sensazioni del respirarismo (in tal caso vuol dire che si sta innescando proprio il fantastico metabolismo autotrofo del respirarismo).

Comunque, anche se si è seguiti da un respirariano esperto, occorre controllare pure personalmente che siano sempre assolutamente presenti I 6 SEGNALI FONDAMENTALI DELL'INNESCO DELLA FISIOLOGIA RESPIRARIANA (e che sono proprio quelli che la fanno distinguere dalla negativa fisiologia del digiuno):

1) **PESO COSTANTE** (fin dall'inizio il peso corporeo deve rimanere assolutamente costante) (invece, durante il digiuno, anche anidro, il peso cala gradualmente);

2) **ENERGIA MASSIMA (**l'energia fisica e mentale devono essere sempre massime e rimanere tali per ogni giorno che passa) (invece, durante il digiuno, anche anidro, l'energia fisica e mentale tendono gradualmente a diminuire);

3) **BENESSERE MASSIMO (**deve esserci una assenza totale di cosiddette "forme di disintossicazione", cioè di qualsiasi sintomatologia negativa, che, come vedremo meglio, in realtà è esattamente un sintomo di forma di intossicazione chetonica in corso) (invece, durante il digiuno, anche anidro, ci può essere la presenza di cosiddette "forme di disintossicazione");

4) **SAZIETA' IDRICA** [sete di acqua assolutamente e costantemente nulla (se dovesse comparire, |e questo vale anche per la fame|, in fisiologia respirariana, bastano poche respirazioni profonde, sempre solo nasali, sia in inspirazione che in espirazione, ed entro pochi minuti, gradualmente scompare)] (invece, durante il digiuno, anche anidro, compare ogni tanto la sete, e non scompare, nemmeno nel modo suddetto)

5) **AURESI** [ci deve essere un'assenza totale di stimolo ad urinare; può esserci un minimo i primi giorni, ma gradualmente a calare fino a scomparire del tutto; è il segnale più chiaro di innesco della fisiologia autotrofa, che trasforma l'urina nel predetto liquido nutrizionale; MAI trattenere l'urina forzatamente pensando di facilitare l'innesco del respirarismo, in quanto il processo di auresi DEVE avvenire in maniera DEL TUTTO SPONTANEA (il trattenimento forzato è MOLTO negativo per l'organismo); ovviamente la defecazione è la prima a scomparire del

tutto] (invece, durante il digiuno, anche anidro, l'urinare può anche diminuire, ma mai smette mai del tutto, segno chiarissimo di proseguimento della fisiologia eterotrofa, che porta l'organismo a consumarsi e a disidratarsi nel tempo);

6) **LIQUIDO NUTRIZIONALE (**deve comparire ogni tanto nella nostra bocca, insieme alla saliva, un liquido dolciastro, massimamente squisito e delicatissimo; sfama e disseta completamente in maniera perfetta; se vogliamo, si può stimolare con alcune respirazioni profonde |sempre solo nasali, sia in inspirazione che in espirazione|; anche questo segnala l'innesco della fisiologia autotrofa, visto che l'organismo si è autoprodotto la sua alimentazione perfetta; come predetto, questo perfetto liquido nutrizionale, è conosciuto dagli orientali come "amrita" |che significa esattamente "immortalità"|; sulla lingua non si forma mai una patina biancastra) (invece, durante il digiuno, anche anidro, mai compare il suddetto squisito liquido nutrizionale, ma addirittura la bocca gradualmente si "impasta" fastidiosamente, la saliva diventa più appiccicosa e sgradevole, e sulla lingua si forma sempre una patina biancastra, segnale tipico dell'innesco del negativo metabolismo chetonico del digiuno).

Come sempre, se cala anche UNO SOLO di questi 6 parametri FONDAMENTALI del respirarismo, si DEVE ASSOLUTAMENTE fare un passettino indietro nel precedente livello di gradualità. Una volta innescato il respirarismo in questo modo, le sensazioni sono fantastiche, e la sensazione di energia sarà addirittura straripante per tutta la giornata.

Motivazioni fondamentali che spingono al respirarismo

Possono essere infinite e di varia natura, ma quelle fondamentali, a detta anche degli stessi respirariani più noti, sono le seguenti:

- innanzi tutto si desidera diventare respirariani per tutti gli stessi identici motivi principali per cui si desidera diventare melariani, già elencati: GUSTO MASSIMO, SALUTE MASSIMA, ETICA MASSIMA, ECOLOGIA MASSIMA.

- il respirarismo ha, però, in più, molte altre motivazioni fondamentali; tra le più importanti sono proprio una serie di MOTIVAZIONI ASSOLUTAMENTE PRATICHE; ad esempio, finalmente
LA LIBERAZIONE DALLE 5 PIU' GRANDI SCHIAVITU' ASSOLUTE DELL'UOMO (assolute perchè sono proprio nei confronti di sè stessi):

1) Mangiare (3 o più volte al giorno, e per tutti i giorni della nostra vita, con tutto ciò che comporta, compreso il lavoro di tutti i giorni per guadagnare soldi, per poi comprare continuamente il cibo, oppure il lavoro per coltivarselo, per poi raccoglierlo, immagazzinarlo e prenderlo continuamente);

2) Bere [operazione che comunque si è costretti a fare molte volte al giorno, in tutti gli altri modelli alimentari (eccetto a melarismo avviato)];

3) Defecare (operazione che siamo costretti a fare tutti i giorni, compreso il pulirsi, scoprirsi e ricoprirsi, sempre in momenti in cui vorremmo fare tutt'altro, con tutto ciò che comporta, compreso il fatto di dover avere e pulire continuamente un bagno, o di doverlo costruire e pulire, in caso di ecovillaggio);

4) Urinare (operazione che siamo costretti a fare non solo tutti i giorni, ma anche molte volte al giorno, e sempre in momenti in cui vorremmo fare tutt'altro);

5) Dormire [operazione di vero e proprio SVENIMENTO DISINTOSSICANTE quotidiano, che ci occupa almeno un terzo di ogni giornata (8 ore su 24), e quindi almeno UN TERZO DELLA NOSTRA VITA, quindi come minimo una trentina di anni, in cui avremmo il tempo di fare una infinità di altre cose estremamente più interessanti che essere in un esatto stato di assoluta incoscenza; infatti un'altra caratteristica eccezionale dei RESPIRARIANI (respirarismo SALUTARE) è proprio che MAI DORMONO, esattamente perchè mai ne sentono la minima necessità (o, ma solo se vogliono, possono farlo una o due ore a notte); è stato infatti evidenziato come IL SONNO E' SOLO UNA FORMA DI DISINTOSSICAZIONE dell'organismo dalle tossine intrinsecamente contenute nel cibo (solido o liquido); infatti, se sono inesistenti animali che mai dormono (quelli presunti, in realtà fanno dormire mezzo cervello per volta o fenomeni analoghi) è proprio perchè hanno una nutrizione solida (o comunque liquida), come d'altronde anche la specie umana in nutrizione solida (o liquida);

ma il fatto che il respirarismo non costringe allo svenimento disintossicante che noi chiamiamo "sonno", lo si poteva dedurre anche dalle ore di sonno medie relative agli altri modelli "alimentari":

8 ore per onnariani, vegetariani, vegan e vegan crudisti;
6 ore per i fruttariani
4 ore per i MELARIANI;

- un'altra ennesima motivazione per diventare respirariani è che, come dicono i respirariani stessi,

  IL "PRANA" E' PROPRIO IL CIBO PIU' GUSTOSO CHE ESISTE SULL'INTERO PIANETA;

  infatti, la sensazione stessa di piacere e benessere generale che provoca il prana in fase di inspirazione, durante lo stadio di fisiologia autotrofa innescata, è del tutto impareggiabile con qualsiasi altro presunto "cibo"; anche la stessa sensazione di gusto provocata dal predetto perfetto liquido nutrizionale è talmente elevata da poter essere considerata l'unica addirittura sublime.

- ancora un'altra motivazione per diventare respirariani, è che, sempre come testimoniano i respirariani stessi, addirittura

  IL RESPIRARISMO TI DA UNA SENSAZIONE DI CONTINUO ORGASMO MENTALE.

IL PIU' GRANDE ERRORE IN ASSOLUTO che si può commettere nel campo del respirarismo:il pensare che si tratti di una pratica spiritualista; il respirarismo, del tutto al contrario, è semplicemente L'ALIMENTAZIONE NATURALE DELLA SPECIE UMANA, e quindi L'AZIONE PIU' NORMALE E PRATICA DI QUALSIASI PERSONA

Il respirarismo, nella realtà, è già noto e praticato da sempre, come minimo da innumerevoli millenni, per cui ha attraversato fasi e culture che ignorando la semplicità scientifica (è solo il principio della minima energia applicato alla specie umana) su cui è basato, mai riuscendo a spiegarlo in termini semplici, gli hanno attribuito anche fantasiose spiegazioni spiritualiste, o addirittura trascendentali o religiose, fino spesso ad attribuirlo persino a tecniche spiritualiste o comunque mentali o meditative di persone ad un presunto "livello" più alto del normale (ciò è anche il motivo principale per cui non si diffonde velocemente).

Ovviamente, invece, come ormai affermano anche la maggior parte dei respirariani stessi al mondo, NEL RESPIRARISMO NULLA CE' DI SPIRITUALISTA ma addirittura, del tutto al contrario, E' PROPRIO DI PIU' PRATICO E NORMALE (nel senso di naturale, visto anche che la natura tende sempre alla minima energia), E ALLA PORTATA (semplice e persino banale anche nella sua applicazione) DI ASSOLUTAMENTE TUTTI.

Come tutti i respirariani, specialmente occidentali, sanno benissimo, e come anche abbiamo visto prima, per essere RESPIRARIANI C'E' NESSUN BISOGNO di ALCUNA tecnica, NESSUNA MEDITAZIONE, NESSUNA RESPIRAZIONE PARTICOLARE, NESSUNA INSOLAZIONE PARTICOLARE, basta ESSERE SE' STESSI in maniera DEL TUTTO SPONTANEA.

L'unica alimentazione naturale della specie umana, e che, ovviamente, come abbiamo visto anche per tutti gli altri modelli "alimentari", bisogna arrivarci con la predetta gradualità, e soprattutto senza commettere errori, che, sempre come abbiamo visto, sono comunque possibili, ed anche molto più gravi, pure in qualsiasi altro modello "alimentare" al mondo.

Quindi, nel respirarismo il CORPO E MENTE HANNO LA STESSA DIGNITA' PERCHE' ENTRAMBI LI FATTI LA NATURA, E SE LA NATURA CI VOLEVA FATTI DI SOLO SPIRITO, CI AVREBBE GIA' FATTO SOLO SPIRITO, ma siccome ci ha dotato anche di un corpo, vuol dire che anche esso è utile ma è addirittura indispensabile per il raggiungimento proprio anche esattamente della nostra ARMONIA SPIRITUALE MASSIMA, LA QUALE IN REALTA' ALTRO E' CHE SEMPLICEMENTE LA FELICITA'.

Cap. 5: MEDICINA MODERNA (PATOLOGIA MODERNA e TERAPEUTICA MODERNA)

La MEDICINA (da "mederi"= curare) è la scienza che studia gli stati patologici e la relativa terapia; essa comprende fondamentalmente la PATOLOGIA (da "pathos"= sofferenza), che è la scienza che studia la causa e la dinamica delle malattie, e la TERAPEUTICA (da "therapeia"= guarigione), che è la scienza che studia la cura delle malattie.

La versione MODERNA di queste scienze si basa soprattutto sulla precisissima ed evolutissima OLOSCIENZA, accennata nell'introduzione del testo, comprese anche tutte le scienze (branche oloscientifiche) esposte in questo testo.

Questo capitolo, relativo alla MEDICINA (patologia e terapeutica) MODERNA, è stato anch'esso scritto col metodo intertestuale predetto, sempre dalle CENTINAIA di SCIENZIATI specialisti citati nella premessa del testo, e consta di una PRIMA PARTE che usa un linguaggio meno tecnico, in modo da introdurre l'argomento in modo più semplice per tutti, e una SECONDA PARTE con un linguaggio più tecnico-scientifico medico, che, sempre mantenendo la massima semplicità possibile, serve per l'ulteriore approfondimento che si consiglia a TUTTI, ma in modo particolarmente URGENTE proprio a tutti i PROFESSORI UNIVERSITARI di MEDICINA e MEDICI dell'intero pianeta, affinchè possano introdurre alla MEDICINA MODERNA (oltre che alle altre essenziali e PROPEDEUTICHE SCIENZE MODERNE contenute nel resto del presente testo) anche TUTTI i loro studenti di medicina, visto che i pazienti in tutto il mondo stanno SOFFRENDO e MORENDO adesso, fuori e dentro gli ospedali, A MILIONI OGNI SECONDO.

Nella seconda parte si tratteranno argomenti che vanno da un'analisi generale essenziale relativa al passaggio dalla medicina CLASSICA attuale (con struttura ancora enormemente PRIMITIVA, cioè farmaco-chirurgica; il termine "primitiva" sarà compreso quando si vivranno personalmente le VERIFICHE SPERIMENTALI relative alla postdetta TERAPEUTICA MODERNA) alla presente MEDICINA MODERNA, dall'analisi storica nel passaggio dai parametri ancora ippocratici della medicina classica attuale, miranti, con la "terapia" farmaco-chirurgica, involontariamente solo agli EFFETTI dello stato patologico,

ai parametri anche ANATOMO-FISIO-TROFO-COMPARATI evolutissimi della MEDICINA MODERNA, miranti, con la postdetta TERAPIA SPECIE-SPECIFICA, alle vere CAUSE dello stato patologico, alla fondazione ufficiale dell' EZIOPATOGENETICA MODERNA, con le sue 5 LEGGI FISIOPATOLOGICHE fondamentali, che detta direttamente TUTTE le linee guida di base per l'impostazione immediata delle conseguenti avanzatissime

PROFILASSI MODERNA, DIAGNOSTICA MODERNA, e soprattutto TERAPEUTICA MODERNA,

fino all'analisi del fenomeno mondiale devastante dell'ASPECISMO, con l'analisi fondamentale ulteriore del RUOLO MODERNO del MEDICO, la cui figura professionale deve passare URGENTISSIMAMENTE da quella ancora ESTREMAMENTE PRIMITIVA di presunto "meccanico-riparatore" (come vedremo meglio più avanti, SIAMO organismi VIVENTI, INVECE DI MACCHINE) a quella MODERNA di SCIENZIATO che è capace finalmente, attraverso SOLO ed ESCLUSIVAMENTE l'evolutissima procedura della TERAPEUTICA MODERNA postdetta, di far innescare anche tutti i

MECCANISMI MOLECOLARI DI AUTORIPARAZIONE PROTO-LIPO-GLICO-GENETICA

(che GIA' possiede potenzialmente il nostro PERFETTO organismo) ormai arcinoti alla BIOLOGIA MOLECOLARE più avanzata, i quali, essendo proprio ASSOLUTAMENTE gli UNICI al MONDO che possono effettuare l'AUTORIPARAZIONE BIOLOGICA dal livello QUANTO-PARTICELLARE e NON BARIONICO, addirittura UNITARIA SCALARE COESIVO-MACROCINETICA (cioè di oltre il 99% del SISTEMA MATERIALE UMANO, su cui l'uomo e tanto meno la sua strumentazione DEVE MINIMAMENTE AGIRE anche per semplici questoni di meccanica quantistica), sono esattamente quei MECCANISMI MOLECOLARI che CONSENTONO la VITA STESSA da ben quattro MILIARDI di anni, e che, proprio nella SPECIE UMANA, con l'attivazione del predetto PERFEZIONAMENTO CICLICO H, raggiungono persino I LIVELLI PIU' INFINITAMENTE ALTI e VELOCI MAI ESISTITI su questo pianeta.

Il nuovo ruolo di medico-SCIENZIATO moderno è un parametro addirittura EMERGENZIALE nel processo indispensabile di PROGRESSO verso il nuovo modello di SOCIETA' SOSTENIBILE, anche per evitare che le predette CRISI MONDIALI ATTUALI in peggioramento sempre più veloce, compreso la CRISI MEDICO-SANITARIA delle CENTINAIA di MILIONI di persone nel mondo che stanno SOFFRENDO e MORENDO ogni secondo, in crescita persino ESPONENZIALE, possano esplodere in maniera incontrollabile.

E' fondamentale, poi, ricordare che questi risultati di SCIENZA MODERNA sono stati raggiunti anche grazie a 2 PARAMETRI SCIENTIFICI DEL TUTTO BASILARI nella verifica sperimentale che hanno dovuto usare anche i predetti scienziati:

1) MAI DARE NIENTE PER SCONTATO (cioè per certezza assoluta);

2) MAI ESCLUDERE NESSUNA IPOTESI A PRIORI (cioè prima della fase sperimentale COMPLETA). Infatti, fin TROPPO SPESSO accade che è proprio la pista scientifica CHE CI SI ASPETTA DI MENO, o quella MENO VEROSIMILE IN ASSOLUTO, e addirittura proprio quella che sembrava PIU' SCIENTIFICAMENTE TOTALMENTE IMPOSSIBILE ad essersi poi rivelata, con la fase di VERIFICA SPERIMENTALE, quella GIUSTA, e persino proprio del tutto L'UNICA TOTALMENTE PERFETTA.

Di conseguenza, se mai si usano almeno questi DUE PARAMETRI SCIENTIFICI DEL TUTTO BASILARI, mai si sta facendo SCIENZA ma solo opinionismo, e la scienza rimane totamente PRIMITIVA.

Inoltre, proprio tramite l'UNICO vero giudice scientifico, cioè la VERIFICA SPERIMENTALE di un fenomeno, si constata, come in qualsiasi campo della SCIENZA, anche e soprattutto nel campo TERAPEUTICO, il TERZO PARAMETRO SCIENTIFICO di BASE:

3) LA VERA SCIENZA E' CIO' CHE FUNZIONA (nel modo più semplice, TOTALE e veloce in assoluto), (in questo caso, che GUARISCE la persona umana nel modo più semplice, TOTALE e veloce in assoluto).

Se userete anche questi TRE PARAMETRI di BASE della SCIENZA, TOTALMENTE INDISPENSABILI per fare di un uomo un VERO scienziato, scoprirete con estrema meraviglia quanto l'ORGANISMO UMANO, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se messo nelle sue uniche condizioni biochimiche SPECIE -SPECIFICHE, ha una capacità di AUTORIPARAZIONE e AUTOGUARIGIONE TOTALE e VELOCE, e che assolutamente

TUTTE le cosiddette "PATOLOGIE" esistenti AL MONDO nella specie umana, a cominciare proprio da quelle considerate PIU' GRAVI IN ASSOLUTO, come CANCRO, AIDS, ecc. passando poi per patologie CARDIOCIRCOLATORIE, INFETTIVE, sclerosi multipla, artrite reumatoide, diabete, asma, anemia, ecc., fino al più semplice raffreddore, sono SOLO, come vedremo meglio più avanti,

TOSSICOSI ASPECIFICHE CRONICO-CUMULATIVE

in fase sub-acuta o acuta, determinate soprattutto da profonda IPERPROTIDOSI ASPECIFICA SECONDARIA e profonda ACIDOSI ASPECIFICA SECONDARIA, ottenendo SOLO ed ESCLUSIVAMENTE attraverso le fasi graduali della TERAPEUTICA MODERNA, dalla fase MDA-3 fino al fase F1, e se necessario fino al livello M1, delle GUARIGIONI talmente TOTALI e VELOCI (mediamente bastano da poche settimane a pochi mesi) che avrete inizialmente difficoltà a credere che sono state solo le vostre finalmente veramente SCIENTIFICHE (oltre che sagge) conoscenze mediche ad INNESCARLE proprio nel modo più fisiologicamente profondo in assoluto nel paziente.

Ora, nel conseguire questi RISULTATI TERAPEUTICI soprattutto relativamente proprio alle patologie considerate otterranno VELOCEMENTE questi MASSIMI RISULTAI TERAPEUTICI, che oggi appaiono "MIRACOLOSI", ma che, del tutto al contrario, sono banalissimamente e semplicemente NATURALI, soprattutto per l'EVOLUZIONE ENORME della BIOCHIMICA e BIOFISICA NATURALE relativa alla SPECIE UMANA, ovviamente SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in fase di ripristino fisiologico SPECIE-SPECIFICO. [Iniziamo, ora, da uno sguardo scientifico più generale (che serve come introduzione anche ai medici), poi entreremo sempre più almeno nei dettagli tecnico-scientifici essenziali]

Patologia moderna: la cosiddetta "malattia" è solo una TOSSICOSI ASPECIFICA

A rigore scientifico, nel campo della medicina MODERNA, si deve sempre partire dal PRESUPPOSTO SCIENTIFICO totalmente basilare che riguarda la STRUTTURA stessa del sistema materiale umano:

OGNI SINGOLO ATOMO DEL NOSTRO ORGANISMO PROVIENE DAL CIBO.

Ma la constatazione scientifica è ancora infinitamente più profonda: addirittura anche tutto il sistema materiale umano non barionico, che costituisce oltre il 99% di tutta la restante parte del nostro organismo, dalle onde elettromagnetiche di punto zero della struttura portante degli spazi interparticellari ed interatomici, alle particelle virtuali interazionali dei campi di forza organica (elettrica, intramagnetica, gravitazionale e quella stessa sub- nucleare internucleonica), fino a tutta la nostra antimateria specialmente positronica costantemente presente nel nostro organismo, interagisce e dipende SOLO ed ESCLUSIVAMENTE dai sistemi materiali che introduciamo nella nostra bocca, e che definiamo CIBO.

Di conseguenza, e' facile comprendere il motivo scientifico profondo per cui anche l'osservazione sperimentale più moderna ha ormai perfettamente rilevato la seguente constatazione di fatto di base, che poi è esattamente quella prevista

dalla NATURA stessa da oltre ben 4 miliardi di anni, con la nascita della VITA medesima su questo pianeta:

SE QUALSIASI SPECIE ANIMALE (SOPRATTUTTO LA SPECIE UMANA) SI NUTRE SOLO CON IL CIBO ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO ALLA SUA SPECIE (CIBO SPECIE-SPECIFICO), ESSA MAI A NESSUN TIPO DI PATOLOGIA PERVIENE.

Se lo stessa specie animale, invece, la si nutre anche con del "cibo" MAI anatomo-fisiologicamente adatto alla sua specie ("cibo" ASPECIFICO), o con del "cibo" cotto (che nemmeno esiste in natura), (sempre "cibo" aspecifico), si produce direttamente un'ALTERAZIONE fisiologica iniziale che, col tempo, al perdurare dell'esposizione al "cibo" aspecifico, si manifesta maggiormente venendo definita "PATOLOGIA".

Questo è esattamente l'unico motivo per cui la specie umana (o altra specie animale) crea una costantemente incrementale trofo-alterazione strutturale-omeostatica profonda che definiamo ancora primitivamente "malattia" (e per cui ci siamo dovuti letteralmente inventare le cosiddette "medicina" e "veterinaria"): proprio perchè si crede di "nutrire" una specie animale (specie umana o altra) con "cibi" MAI anatomo-fisiologicamente adatti alla specie stessa, cioè con "cibi" aspecifici.

Ad esempio, per quanto riguarda la specie umana, qualsiasi altro "cibo" diverso dal cibo anatomo-fisiologicamente adatto alla sua specie,

MAI SARA' RICONOSCIUTO, A LIVELLO BIOCHIMICO-FISIOLOGICO, DA NESSUNA CELLULA DEL SUO ORGANISMO (che, infatti, è stata progettata per metabolizzare una struttura biochimicacompletamente diversa), e, quindi, risulterà per esso solo ed esclusivamente un insieme di sostanze tossiche, cioè di TOSSINE (da "toxicon"= veleno), che, determinando una intossicazione aspecifica (cronico-cumulativa) di tutto l'organismo, generano, dunque, una TOSSICOSI ASPECIFICA [cioè derivata da "cibo" (o sostanza) ASPECIFICO],

(in medicina moderna, la tossicosi è la presenza di tossine aspecifiche nell'organismo, ed è costituita da tossiemia, cioè tossicosi ematica, più tossicosi relativa al resto dell'organismo), chiamata, del tutto erroneamente, "malattia" (che deriva, infatti, dal greco "malakia"=debolezza, la quale, invece, è solo uno dei tanti EFFETTI finali della tossicosi aspecifica).

In particolare, relativamente alla SPECIE UMANA [la quale, come abbiamo visto insieme a tutti gli altri parametri delle predette scienze moderne e dell'evolutissima OLOSCIENZA, dalla paleoantropologia moderna, all'anatomia comparata, alla fisiologia comparata, alla sofisticatissima morfologia funzionale comparata fitozoologica, alla scienza dell'alimentazione moderna, ecc. presenta un sistema materiale umano, fino addirittura all'esame del livello sub-atomico associato alla materia non barionica, che ha esattamente la

STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA TIPICA DEGLI ANIMALI FRUGIVORI,

più precisamente fruttivori, in particolare, struttura anatomo-fisiologica MALIVORA, con il relativo alimento specie-specifico MALUM-STARK, che, di conseguenza, come abbiamo già visto nei precedenti capitoli, tramite anche la biochimica e biofisica comparata moderna, è l'UNICO alimento al mondo (per effetto anche dell'attivazione junk-genetica originaria) sia ad avere una composizione biochimica e biofisica ADATTA alla nostra specie, e sia in grado di mantenere PERFETTAMENTE COSTANTE l'evolutissima ma delicatissima DINAMICA OMEOSTATICA della specie umana, compresa la condizione DEL TUTTO ESSENZIALE proprio ai fini SALUTISTICI e TERAPEUTICI,

di essere precisamente l'UNICO alimento al mondo (essendo specie-specifico) capace di determinare nella specie umana il pH ematico PERFETTAMENTE COSTANTE al valore TOTALMENTE INDISPENSABILE di 7,41, ma addirittura di determinarlo SOPRATTUTTO senza l'ingresso associato di strutture molecolari ASPECIFICHE, che come vedremo anche nell'eziopatogenetica moderna, costituiscono proprio esattamente LA BASE DELL'INNESCO ALTERATIVO FISIOPATOLOGICO]

Esistono la tossicosi aspecifica primaria [primaria significa che la tossicosi è determinata da tossine aspecifiche contenute negli unici sistemi materiali a finalità biologica trofica, cioè le strutture carpiche, note come "frutta" (aspecifica); è una tossicosi aspecifica molto più lieve, determinata da sistemi materiali trofici aspecifici, cioè dalle sostanze della frutta aspecifica, cioè frutta INadatta alla specie umana; la relativa graduazione tossica è rilevabile dalla predetta scala di tossicità "alimentare"; come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, conferiscono solo una lieve iperprotidosi aspecifica primaria, ma determinano una decisa acidosi aspecifica primaria (come frutta acida, frutta essiccata dolce e frutta dolce) oppure una decisa alcalosi aspecifica primaria (come frutta ortaggio, frutta grassa e frutta essiccata ortaggio), accompagnate, come abbiamo visto nei capitoli precedenti, dalle altre lievemente tossiche strutture molecolari aspecifiche primarie, che, insieme alle prime, tuttavia, SOLO in quanto primarie, possono, tramite la graduale esclusione di frutta acida ed essiccata dolce e l'impostazione predetta, consentire il fruttarismo SOSTENIBILE, con i tre livelli descritti nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, che, pur essendo ancora inperfettamente salutare come il malivorismo, determina già un ottima salute] E la TOSSICOSI ASPECIFICA SECONDARIA [secondaria significa che la tossicosi è determinata da tossine aspecifiche contenute in sistemi materiali a finalità biologica auto-vitale (esaminati soprattutto nel capitolo relativo alla fisiologia comparata) cioè componenti ecosistemiche trofo-aspecifiche, note

come "animali o vegetali"; è una tossicosi aspecifica ESTREMAMENTE PIU' DANNOSA, determinata da sistemi materiali ecosistemici aspecifici principalmente cadaverici (animali o vegetali), cioè sia dalle sostanze delle cosiddette "carne, pesce, uova, formaggi (e gli altri derivati del latte), latte, miele", e sia dalle sostanze dei cosiddetti "semi e verdure"; la relativa graduazione tossica è rilevabile dalla predetta scala di tossicità "alimentare"; sempre come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, nel complesso, conferiscono sia una estrema IPERPROTIDOSI ASPECIFICA SECONDARIA,

sia una estrema ACIDOSI ASPECIFICA SECONDARIA (come le cosiddette "carne, pesce, uova, formaggi |e gli altri derivati del latte|, latte, miele e semi") oppure una estrema ALCALOSI ASPECIFICA SECONDARIA (come le cosiddette "verdure", sia tramite le loro micidiali sostanze secondarie killer, sia tramite i loro stessi tessuti cadaverici vegetali),

accompagnate, come abbiamo visto nei capitoli precedenti, dalle altre iper fisiopatologiche strutture molecolari aspecifiche SECONDARIE, che, insieme alle prime, sono proprio esattamente LE SOSTANZE PIU' PROFONDAMENTE TOSSICHE IN ASSOLUTO (cioè determinanti una mai tossicità immediatamente acuta, ma, come vedremo meglio più avanti, TOSSICITA' CRONICO-CUMULATIVA, cioè precisamente la tipologia di TOSSICOSI PIU' PROFONDA IN ASSOLUTO, e, pure in quanto tale, l'UNICA capace di portare la persona, tramite proprio il suo meccanismo incrementale tossico aspecifico cronico-CUMULATIVO, a forme di SOFFERENZA patologica ACUTA anche MASSIME, ma addirittura soprattutto a forme di SOFFERENZA patologica MASSIMAMENTE CRONICHE, che ancora oggi DEVASTANO letteralmente la VITA INTERA di numerosissimi MILIONI di PERSONE in tutto il mondo, fino anche persino alla MORTE precocissima)].

Quindi, in altri termini, a rigore scientifico, ASSOLUTAMENTE TUTTE LE cosiddette "MALATTIE" ESISTENTI, CHE SEMPLICISSIME TOSSICOSI ASPECIFICHE: ad esempio, dal raffreddore, all'emicrania, all'asma, all'ipertensione, all'infarto, al cancro, all'aids, ecc.

Prendono nomi diversi solo a seconda di quale organo, o settore dell'organismo, ha assorbito una intossicazione aspecifica maggiore (ogni persona, infatti, è diversa, e, oltre ad avere un'introito quali-quantitativo tossiemico diverso, ed ha alcuni organi, o, in generale, settori organici, più delicati e sensibili all'assorbimento tossi-aspecifico incrementale, altri settori meno). Ad esempio:

- il raffreddore è una semplicissima intossicazione aspecifica cronico-cumulativa degli apparati del naso e della faringe (anche il cosiddetto "muco" in eccesso, interno o fuoriuscente dalle vie nasali, deriva solo ed esclusivamente da tossine aspecifiche incrementali);
- L'emicrania è una intossicazione aspecifica cronico-cumulativa di settore del capo;
- L'asma è una intossicazione aspecifica cronico-cumulativa di settore dell'apparato respiratorio;
- L'ipertensione è una intossicazione aspecifica cronico-cumulativa del sistema circolatorio;
- L'infarto è una intossicazione aspecifica cronico-cumulativa di settore del cuore;
- il cancro è una sempicissima intossicazione aspecifica cronico-cumulativa del DNA di un settore dell'organismo (la quale porta a processi di mutagenesi detta anche, appunto, cancerogenesi) [tecnicamente, il cancro è più esattamente una intossicazione aspecifica incrementale genetica oligogenica (autoindotta), come vedremo meglio nel capitolo relativo alla gerontologia moderna];
- L'aids è una semplicissima intossicazione aspecifica cronico-cumulativa soprattutto dei linfociti T-4;
- e così via PER ASSOLUTAMENTE TUTTE le migliaia di cosiddette "malattie" dell'uomo.

Dunque, LE "MALATTIE" SONO INESISTENTI, ESISTONO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE INTOSSICAZIONI ASPECIFICHE. Solo ed unicamente le TOSSINE ASPECIFICHE (e quindi qualsiasi "cibo" ingerito Inadatto alla nostra specie), oltre ad infiammare ed alterare negativamente (in maniera diretta) i nostri tessuti, ATTIVANO NEGATIVAMENTE TUTTI I MICROBI (cosidetti "patogeni") peggiorando parzialmente, o totalmente (in questo caso viene definita "malattia infettiva"), le conseguenze della stessa intossicazione aspecifica

I "microbi" ("micro"=piccolo, "bio"=vita, sono, cioè, piccoli organismi), in natura, sono ovunque: ad esempio, nell'aria, nella nostra bocca, in tutto il nostro sistema digerente, fino al nostro intestino, dove costituiscono proprio la preziosissima flora batterica, che è addirittura in simbiosi (cioè aiuta) con il nostro organismo. Anche i microbi cosiddetti "patogeni", cioè alcuni virus (tecnicamente è un germe), batteri, protozoi, funghi, e analoghi, MAI SONO LA CAUSA DELLE COSIDDETTE

"MALATTIE INFETTIVE", ma, esattamente al contrario, SONO SOLO LA CONSEGUENZA DELLA SEMPLICE PRESENZA DELLE TOSSINE ASPECIFICHE, che costituiscono, invece, la vera "malattia".

Infatti i microbi cosiddetti "patogeni" [che sono alcuni degli stessi microbi simbionti (cioè che aiutano) del nostro organismo, semplicemente "iperattivati" dalle tossine aspecifiche] letteralmente si nutrono anche proprio esattamente delle nostre tossine aspecifiche, che fanno parte del loro cibo naturale,

QUINDI E' OVVIO CHE PIU' SIAMO INTOSSICATI ASPECIFICAMENTE (cioè più mangiamo "cibi" aspecifici), E PIU' ATTIVIAMO NEGATIVAMENTE I MICROBI COSIDDETTI "PATOGENI" (attivare negativamente significa semplicemente che essi, nutrendosi proprio di alcune tossine aspecifiche di cui siamo intossicati, proliferano eccessivamente, in maniera assolutamente innaturale, producendo scorie al di sopra della nostra tolleranza biologica, divenendo quindi da positivi a immediatamente negativi, quindi proprio a causa dell'assunzione di "cibi" aspecifici).

Se invece ci nutriamo col cibo adatto alla nostra specie, e quindi senza tossine aspecifiche, i microbi cosiddetti "patogeni" RIMANGONO ADDIRITTURA SEMPRE IN SIMBIOSI CON NOI (esattamente come, ad esempio, un vetro che, se è pulito, mai attira mosche, ma se si sporca di sterco, attira improvvisamente innumerevoli mosche, visto che si nutrono proprio anche di esso, aumentandone anche la proliferazione).

Persino Pasteur, il fondatore stesso della teoria microbica della "malattia", alla fine dei suoi studi dovette riconoscere questi semplici dati scientifici, con la famosa frase

"IL MICROBO E' NIENTE, IL TERRENO E' TUTTO" (cioè "e' il terreno intossicato il problema, invece che il microbo la causa della malattia").

Terapeutica moderna: la cosiddetta "guarigione"

E' SOLO UNA DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA Visto, quindi, che la cosiddetta "malattia" è solo una TOSSICOSI ASPECIFICA, di semplicissima e diretta conseguenza,

PER "GUARIRE" UNA PERSONA DA UNA QUALSIASI "MALATTIA",

E' ASSOLUTAMENTE SUFFICIENTE DISINTOSSICARLA ASPECIFICAMENTE (cioè togliere dal suo organismo tutte le tossine aspecifiche), e, quindi, è sufficiente REINTRODURRE NEL SUO ORGANISMO, gradualmente in percentuale sempre maggiore,

SOLO IL CIBO ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE ADATTO ALLA SUA SPECIE:

ESCLUSIVAMENTE metabolizzando il quale, infatti, l'organismo riesce ad ELIMINARE completamente TUTTE le tossine aspecifiche, principalmente tramite i 3 apparati escretori, per mezzo di urina, feci, e sudore. Così una persona onnariana, vegetariana, vegan, vegan-crudista o fruttariana che si "ammala" (di qualsiasi "malattia"), (cioè che si intossica usando i cosiddetti "cibi" inadatti alla sua specie) E' SEMPLICEMENTE DEL TUTTO SUFFICIENTE RIPORTARLA GRADUALMENTE ALLA SUA ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA: IL MELARISMO, ED ESSA "GUARIRA" (CIOE' SI DISINTOSSICHERA' ASPECIFICAMENTE) TOTALMENTE IN BREVISSIMO TEMPO (ovviamente SOLO ed ESCLUSIVAMENTE tramite la postdetta TERAPIA NATURALE SPECIE-SPECIFICA, per la quale lo scalaggio "alimentare" graduale e la relativa tempistica ideali per la disintossicazione aspecifica terapeutica verranno descritti più avanti).

Tra l'altro, la MELA è considerata in tutto il mondo proprio IL FRUTTO A MASSIMA POTENZA TERAPEUTICA IN ASSOLUTO.

Anche moltissimi medici nel mondo guarivano e guariscono i loro pazienti, specialmente i più gravi, prescrivendogli una alimentazione gradualmente sempre più esclusivamente melariana, ma SEMPRE con una dinamica decrementale qualitativa e con una tempistica che vedremo più avanti.

Ormai, persino il massimo vertice mondiale in assoluto nel campo proprio della medicina, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S.), ha cominciato da anni a pubblicare statistiche sempre più vicine a questa posizione.

Le due "malattie" considerate più gravi in assoluto al mondo, CANCRO E AIDS:

CON LA TERAPEUTICA MODERNA E' PIU' FACILE CHE "GUARIRE" UN RAFFREDDORE

Consideriamo solo i due esempi di "malattia" considerati i più "gravi" e troppo spesso addiritura "inguaribili" in assoluto di tutto il pianeta: CANCRO e AIDS Come hanno affermato moltissimi medici in tutto il mondo, con la predetta TERAPEUTICA MODERNA è ormai più facile "guarirle" rispetto persino esattamente ad un raffreddore.

CANCRO

Una delle tante dimostrazioni scientifiche della efficacia assolutamente massima della terapeutica moderna riguardante il cancro, sono le sue analisi relative, compresa l'analisi radiografica.

Esse, prima della disintossicazione aspecifica, possono riscontrare delle dimensioni di massa tumorale anche molto accentuate (spesso anche della grandezza di un pompelmo e oltre), mentre, dopo una disintossicazione aspecifica parziale, la radiografia mostra sempre chiaramente delle dimensioni di massa tumorale molto inferiore (spesso della grandezza di una noce), e, infine, dopo una DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA totale (effettuata sempre nei modi e tempi che vedremo più avanti),

LA RADIOGRAFIA MOSTRA SEMPRE CHIARAMENTE CHE LA MASSA TUMORALE E' COMPLETAMENTE SCOMPARSA

[la massa tumorale altre e' principalmente un semplicissimo ACCUMULO di TOSSINE ASPECIFICHE (intercellulari, intracitoplasmatiche ed intranucleiche, le quali ultime, innescando la mutagenesi, determinano anche l'iper-proliferazione cellulare) che durante la disintossicazione aspecifica, tramite i naturalissimi

MECCANISMI FISIOLOGICI di ESPULSIONE TOSSI-ASPECIFICA DIRETTA

e di contemporanea AUTO-RIPARAZIONE MOLECOLARE soprattutto GENETICA, (innescati dalla postdetta terapia naturale specie-specifica stessa, e i cui dettagli principali del primo sono visti più avanti), viene lentamente DISGREGATO dall'organismo medesimo, e le cui strutture molecolari vengono in modo graduale letteralmente tolte dalla massa tumorale medesima, e convogliate nel circolo ematico, per essere poi semplicemente escrete, specialmente dall'apparato urinario, consentendo, allo stesso tempo e sempre più velocemente, tutti i predetti processi di AUTO-RIPARAZIONE genetica e di altre molecole danneggiate].

Cioè, in altri termini, la persona, a cui inizialmente era stato diagnosticato un cancro (che era, quindi, cioè, solo un po' più intossicata aspecificamente del "normale"), è dunque ora completamente "guarita" (cioè disintossicata aspecificamente).

AIDS

Una delle tante dimostrazioni scientifiche della efficacia assolutamente massima della terapeutica moderna riguardante l'aids, invece, è la semplice misura dei linfociti T-4 (tramite analisi ematica).

Una persona in salute ha, normalmente, circa 1000 linfociti T-4 per unità di volume ematico, ma se questi linfociti sono intossicati aspecificamente, cioè se la persona ha una "alimentazione" inadatta alla propria specie, essi nemmeno sono più in grado di mantenere neutralizzato (come sanno fare invece benissimo, è il loro compito di difesa nell'organismo) nemmeno l'eventuale virus HIV (che invece è uno dei virus più deboli), il quale quindi, nel caso si introduce nell'organismo, riesce letteralmente a "nutrirsi" (col meccanismo anche riproduttivo, tipico dei virus) con (uno ad uno) proprio i linfociti T-4 (i quali essendo pieni di tossine aspecifiche attirano letteralmente il virus che si "nutre" solo esattamente di cellule intossicate aspecificamente), abbassando quel numero iniziale normale fino a 900, poi 800, poi 700, ecc.;

quando i T-4 arrivano sotto i 200 (passando così dalla semplice cosiddetta "sieropositività" alla cosiddetta "fase conclamata" dell'aids), la difesa T-4 dell'organismo è talmente bassa che la persona inizia ad "ammalarsi" molto più facilmente anche di altre "patologie" collaterali, fino alla morte.

Nessun farmaco al mondo è capace sistematicamente di riaumentare i T-4; i farmaci più moderni in assoluto, al massimo possono cercare di rallentarne la gia lenta ma inesorabile diminuzione.

Anche in fase conclamata (con meno di 150, 100, 50 T-4), moltissime persone nel mondo (quelle più famose in Usa, moltissime in Francia, Germania, Italia, ecc.), hanno scelto, al posto di usare i farmaci, di semplicemente effetuare una DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA (durante la quale, ovviamente, si disintiossicano anche gli stessi linfociti T-4), effettuando una alimentazione gradualmente sempre più adatta alla nostra specie: quindi, gradualmente, sempre più a base di mele (sempre tramite l'avanzatissima procedura della TERAPIA NATURALE SPECIE-SPECIFICA, ancora nella modalità e tempistica che vedremo più avanti).

Le successive periodiche analisi hanno mostrato che i linfociti T-4, sono, in modo incredibilmente facile, RIAUMENTATI: da 50 (stava, cioè, in fin di vita) a 100, poi, continuando la disintossicazione aspecifica, a 200, a 300, a 400,

FINO AI 1000 NORMALI.

Alcuni si sono persino meravigliati perchè, continuando la disintossicazione aspecifica, e, quindi, ancora con una alimentazione gradualmente sempre più a base di mele, I LINFOCITI T-4 HANNO CONTINUATO AD AUMENTARE DI

NUMERO, SUPERANDO ADDIRITTURA I 1000, CHI FINO A 1100, CHI FINO A 1200, CHI, ADDIRITTURA, FINO A OLTRE 1300.

Quindi, in altri termini, partendo da una situazione assolutamente disperata (in fin di vita), SONOCOMPLETAMENTE GUARITI DALL'AIDS, MA ADDIRITTURA TALMENTE GUARITI CHE L'ORGANISMO E' STATO IN GRADO PERSINO DI PRODURRE PIU' LINFOCITI T-4 DELLE PERSONE SANE, proprio per neutralizzare anche tutti gli HIV precedentemente proliferati.

In realtà, come abbiamo visto, la "guarigione" dall'aids, è stata ìuna semplicissima DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA DEI LINFOCITI T-4 [che, quindi, hanno ripreso a funzionare e proliferare (tramite gli organi preposti) perfettamente, e, dunque, a mantenere neutralizzati tutti i singoli virus HIV, i quali, in definitiva, non erano assolutamente la causa della "malattia", che era, invece, solo semplicemente l'intossicazione aspecifica dei linfociti T-4].

Tutte le altre "malattie" al mondo: con la terapeutica moderna si innesca lo stesso meccanismo biochimico-fisiologico di DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA analizzato per cancro e aids, fino alla più totale guarigione Questa analisi terapeutica più dettagliata, così come per cancro e aids, si può continuare considerando

ASSOLUTAMENTE QUALSIASI ALTRA COSIDDETTA "PATOLOGIA" ESISTENTE AL MONDO.

Ma se la disintossicazione aspecifica riesce così semplicemente e velocemente a guarire proprio le "malattie" considerate gravissime, addirittura le più gravi in assoluto dell'intero pianeta, ci si può immaginare con quale semplicità e persino banalità la disintossicazione aspecifica guarisce anche assolutamente tutte le altre cosiddette "malattie".

Ad ennesima conferma di ciò, dopo numerosissimi esperimenti persino sugli astronauti, anche i precisissimi scienziati stessi della NASA, al massimo livello scientifico mondiale, conoscono, persino sul piano biofisico, perfettamente la formidabile ed

ENORME POTENZA SALUTISTICA, E ANCHE PROFONDAMENTE TERAPETUICA, DELLA MELA,

a tal punto che è diventato L'UNICO FRUTTO, MA ADDIRITTURA L'ALIMENTO PIU' ESSENZIALE ED IMMANCABILE della già esigua alimentazione DI ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ASRONAUTI (le missioni spaziali sono troppo costose per poter anche minimamente rischiare che anche il solo inizio della benchè minima "patologia" possa farle fallire).

TERAPEUTICA MODERNA; TERAPIA (o "cura" o "guarigione") NATURALE SPECIE-SPECIFICA: METODO "6 (mda)" SETTIMANALE

Abbiamo visto che la cosiddetta "terapia" di una qualsiasi cosiddetta "malattia", è altro, che una DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA. Abbiamo, però, anche detto che questa disintossicazione aspecifica deve essere effettuata GRADUALMENTE;

questo anche per evitare le cosiddette forme (sintomatiche) di "disintossicazione", che in realtà sono leggere intossicazioni INDIRETTE, cioè mai causate direttamente dal cibo introdotto, ma indirettamente da tossine pregresse, cioè derivanti da "cibi" aspecifici, o analoghi, assunti nel passato, anche remoto, che, solo nel caso di poca gradualità detox, sono estratte troppo velocemente dalle cellule verso il sangue per essere poi espulse per via renale, portando ad un leggero eccesso tossiemico provvisorio, ma che va evitato, appunto, con la predetta gradualità (nel perfezionamento alimentare)

[la leggera intossicazione INDIRETTA si può determinare SOLAMENTE con POCA GRADUALITA' DISINTOSSICATORIA, ESCLUSIVAMENTE con le UNICHE TRE impostazioni DISINTOSSICATORIE SPECIE-SPECIFICHE per la specie umana:

1) l'impostazione giornaliera pre-fruttariana "mda";
2) il fruttarismo sostenibile;
3) il melarismo salutare;

in TUTTI gli altri casi di cosiddetta forma di "disintossicazione", si tratta, a rigore scientifico, di intossicazione DIRETTA, come l'intossicazione deperimentale acidotica DIRETTA, ad esempio, causata DIRETTAMENTE dalla frutta ACIDA (dalle arance in poi), o DIRETTAMENTE dall'innesco chetonico del DIGIUNO, come abbiamo visto e vedremo meglio più avanti].

Quindi, la GRADUALITA' DISINTOSSICATORIA è importante anche proprio per evitare questa leggera intossicazione INDIRETTA:

infatti, se la disintossicazione è troppo veloce, ad esempio, un onnariano che all'improvviso (da un giorno ad un altro) comincia a nutrirsi di solo mele, queste ultime, come accennato, cominciano biochimicamente ad estrarre fuori dai miliardi

di cellule tutte le tossine aspecifiche accumulate negli anni (o decenni) precedenti, ma siccome le scaricherebbero tutte insieme nel sangue (per farle poi filtrare dai reni ed uscire con le urine), quest'ultimo si caricherebbe talmente di tossine che porterebbe ad un vero e proprio sovraccarico tossiemico, che poi sfocia nelle cosiddette forme (sintomatiche) di "disintossicazione"

(è virgolettata proprio perchè, come predetto, la DISINTOSSICAZIONE EFFETTIVA può avvienire SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in modo ASINTOMATICO e FISIONEUTRO; come predetto è, in realtà, una leggera intossicazione INDIRETTA), che possono andare da semplici mal di testa, a sfoghi cutanei fastidiosi, a dolori muscolari o in qualsiasi altra parte del corpo, ecc., e che, ovviamente, sono tanto più dolorose quanto più è troppo veloce l'eliminazione delle tossine.

Più precisamente, è stato ormai rilevato, anche strumentalmente, chiarissimamente che la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA è fisiologicamente possibile SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN ASSENZA DI SINTOMI NEGATIVI (esclusi, ovviamente, quelli pregressi in miglioramento),

cioè si deve trattare, come accenato, di una DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA ASINTOMATICA (oltre che FISIONEUTRA, cioè a pH ematico a 7,41); se l'organismo, infatti, manifesta sintomi negativi (di qualsiasi tipo, compresi dolore, sofferenza, ecc.), in qualsiasi stadio, vuol dire che, del tutto al contrario, è in una fase di assoluto AUMENTO di intossicazione, indiretta o diretta, quest'ultima proprio esattamente, cosa che vedremo meglio più avanti, come avviene nel digiuno (intossicazione specialmente chetonica).

Quindi, tutte le cellule dell'organismo mai devono sovraccaricare il sangue di tossine, anche se questo lo fanno a scopo di eliminarle, principalmente tramite le urine; le cellule, invece, grazie specialmente ai polifenoli, le pectine, l'acido malico, e tutte le altre centinaia di sostanze perfettamente disintossicanti della MELA, devono scaricare molto gradualmente le tossine aspecifiche nel sangue, affinchè esso, scorrendo poi in tutto il resto del corpo, comparire proprio tutti i fastidiosissimi sintomi negativi della intossicazione INDIRETTA, ma abbia anche il tempo di essere filtrato gradualmente dai reni (in modo che nemmeno si danneggiano questi ultimi), scaricando, quindi, tutte le tossine nelle urine (infatti, specialmente all'inizio della disintossicazione, le urine sono più scure, ad indicare esattamente la presenza delle tossine aspecifiche, ma mai devono essere troppo scure, proprio perchè la disintossicazione deve essere graduale).

Ovviamente, esistono due tipi di DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA:

- la TRANSIZIONE ("alimentare"), cioè il predetto perfezionamento "alimentare" personale, che si attua quando la persona è fuori dalla fase di "malattia" (sintomatica), e, quindi, si può effettuare con i tempi graduali ottimali, cioè di UN MESE PER OGNI FASE "ALIMENTARE";

- e la TERAPIA NATURALE SPECIE-SPECIFICA (terapia MODERNA) cioè la "cura" vera e propria, che si attua quando, invece, la persona è in fase di "malattia" (sintomatica), e, quindi, si deve effettuare con tempi più accelerati, ma mai troppo, e cioè di UNA SETTIMANA PER OGNI FASE "ALIMENTARE" (i dettagli più precisi della metodologia e tempistica verranno descritti più avanti, nella parte più medico-tecnica).

Quindi, L'UNICA TERAPIA NATURALE SPECIE-SPECIFICA PER LA SPECIE UMANA è proprio il METODO "6 (mda)" SETTIMANALE (cioè, quindi, lo stesso metodo predetto di perfezionamento "alimentare" personale, ma avanzando di fase in fase, invece che mensilmente, settimanalmente).

Di conseguenza, in fase terapeutica,per arrivare ad una impostazione melariana, ci vorranno (con le fasi e tempistica precisate meglio più avanti, nella parte medico-tecnica)
5 settimane per un onnariano,
4 settimane per un vegetariano,
3 settimane per un vegan,
2 settimane per un vegan-crudista,
1 settimana per un fruttariano.

Anche in questo caso, procedere più lentamente o più velocemente è sempre dannoso per la salute, in quanto il ritmo interfasico settimanale corrisponde al limite temporale massimo di accelerazione detox endocellulare ed esocellulare, e, allo stesso tempo, al limite temporale minimo di danneggiamento organico ulteriore proprio da parte della stessa "patologia" in corso.

Inoltre, ad esempio, anche tentando di accelerare in caso di "malattie" gravi, è dannoso per la salute in quanto, proprio a maggior ragione, più le tossine aspecifiche da togliere sono tante, e più, tentando di accelerare la disintossicazione aspecifica, si ottiene unicamente di sovraccaricare il sangue di tossine aspecifiche, col solo risultato sicuro di danneggiare ulteriolmente gli organi, invece di perfezionarli.

Naturalmente, parallelamente vanno diminuiti, sempre con gradualità, fino ad eliminarli completamente (nel più breve tempo possibile), tutti gli eventuali farmaci che si assumevano, altrimenti la terapia naturale mai funziona. Se si procede

con questa sequenza temporale fasica, la disintossicazione aspecifica, e quindi la guarigione, procede senza alcuna cosiddetta forma sintomatica di "disintossicazione".

Ovviamente, se si notano sintomi di cosiddette forme di "disintossicazione" (cioè qualsiasi tipo di sintomatologia negativa), vuol semplicemente dire che, per errore, si è proceduto a scalare le fasi "alimentari" (o a gradualizzare il miglioramento dei "cibi" all'interno di esse) troppo velocemente, per cui è sufficiente fare un passettino indietro nella scaletta di perfezionamento "alimentare"che si sta seguendo.

Una volta giunti alle predette impostazione fruttariana sostenibile 2, poi fruttariana sostenibile 3, sempre scalate settimanalmente (in campo terapeutico), occorre continuare la terapia naturale con la fase di melarismo salutare 1 (sempre seguendo bene tutte le relative indicazioni), come minimo per due settimane, e, successivamente, sempre in M1 almeno fino a che la "patologia" risulta assolutamente del tutto scomparsa (dal profilo sintomatologico a tutte le analisi relative); anche perchè, fino a che ne compare ancora anche la minima traccia vuol dire che le sostanze biochimiche della mela (gli unici perfetti "chirurghi" naturali) stanno ancora lavorando nell'organismo, e vanno lasciate finire totalmente il loro preziosisimo lavoro specialistico, in assolutamente tutti i settori più profondi di esso, qualsiasi sia il tempo che occorra (dipende anche da quanto era andata in profondità l'intera tossicosi aspecifica).

[In ogni fase di questa terapia naturale, se si dovesse notare che il miglioramento e' fermo, occorre comprare il misuratore di pH (costa pochi spicci), e verificare che il pH dell'urina, specialmente della prima urina della mattina, sia alcalino, e sempre uguale (o superiore) a 7,4 (ovviamente tutto il giorno deve assolutamente essere uguale |o superiore| a 7,4, ma per arrivare a ciò normalmente è sufficiente applicare bene almeno la predetta impostazione "mda", in ogni fase della suddetta terapia naturale).

Se il pH della prima urina mattutina dovesse essere inferiore a 7,4, vuol dire che i processi di disintossicazione aspecifica sono stati bloccati durante tutta la durata della notte, e, quindi, occorre immediatamente modificare la cena, anche facendo varie prove (utilizzando "cibi" più alcalinizzanti, specificati nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna), fino a che il predetto pH della prima urina mattutina risulta assolutamente sempre uguale (o superiore) a 7,4 (mai utilizzare sostanze diverse dal "cibo" per alcalinizzare l'organismo, in quanto, come predetto, intossicherebbero ulteriolmente l'intero organismo, addirittura peggiorando, anche di molto, le condizioni generali).

Ricordare poi sempre che, come predetto, relativamente al primo giorno che si inizia il melarismo (quindi, ovviamente, questo vale sia in normale transizione "alimentare" che nella presente terapia naturale), l'ultima cena fruttariana precedente (e il più possibile anche quelle appena prima) deve essere decisamente alcalinizzante (usando maggiormente i frutti più alcalinizzanti, specialmente avocado, zucca, ecc.);

infatti, se si inizia il melarismo in acidosi, la mela, proprio in quanto pH inalterante, e' impossibilitata a riportare il pH a 7,4 in tempi sufficientemente brevi (può impiegare anche settimane, in cui pure il pH urinario è anche costantemente acido), innescando una lieve intossicazione acidotica INDIRETTA (come predetto, da evitare di confondere con "disintossicazione"), dannosa per il nostro organismo (come predetto e come vedremo meglio, la disintossicazione è, oltre che ASINTOMATICA, solo ed esclusivamente FISIONEUTRA |cioè a pH 7,4|); per essere sicuri, basta misurare il pH della prima urina mattutina del primo giorno di melarismo: se è uguale (ma all'inizio, per sicurezza, è meglio superiore) a 7,4, allora si può continuare il melarismo; se, invece è inferiore, occorre ripetere almeno un giorno di fruttarismo 2, però con prevalenza dei predetti frutti alcalinizzanti; una volta iniziato il melarismo in sufficiente alcalosi, si noterà che entro pochi giorni, le mele |principalmente rosse stark| determineranno un assestamento naturale del pH proprio intorno 7,4; poi ci potranno essere anche piccole oscillazioni (dovute principalmente ad assestamento fisiologico), ma l'importante è che poi si ripristina in poche ore il pH a 7,4].

Seguendo, con la massima precisione, tutte le indicazioni di questo paragrafo (e degli altri), alla fine, la guarigione sarà ASSOLUTAMENTE PERFETTA. [Nel melarismo, come predetto, mai si dovrebbe provare sete (la mela ha mediamente già l'85% di acqua fisiologica, proprio l'unica perfettamente adatta alla nostra idratazione cellulare e totale), ma, nel caso che la tossicosi precedente la faccia emergere anche nel melarismo (ovviamente solo nel caso limite in cui è insufficiente nemmeno il centrifugato di mela rossa), bere assolutamente solo acqua (del tutto liscia, mai gassata, nemmeno in piccola parte), e solo ed esclusivamente il minimo che toglie la sete, sempre in quanto, come predetto, l'acqua non fisiologica (inorganica), anche la più pura, è inadatta alla specie umana].

Anche se la "patologia" risultasse scomparsa completamente prima della predetta fase melariana M1, conviene comunque procedere fino ad essa, e mantenerla almeno due settimane, in quanto questo è l'unico modo per essere sufficientemente sicuri che altre tossine aspecifiche siano ancora annidate nei tessuti dell'organismo, riattivandosi a fine terapia.

Ovviamente, alla fine della terapia, l'unico modo per mai più avere assolutamente nessun problema di salute nell'intera vita, è esattamente quello di continuare almeno l'alimentazione melariana M1 che già si sta conducendo (o, al limite, fare un passetto indietro al fruttarismo sostenibile 3, o, all'estremo limite, ancora uno indietro al fruttarismo sostenibile 2, ma mai indietro oltre). Quindi, nel caso di "malattia", suddetta terapia naturale deve sostituire completamente la transizione, proprio in quanto, dopo che si è giunti ad uno stadio di pulizia organica così spinta, tornare a reintrodurre tossine

aspecifiche, avrebbe un effetto molto negativo per la salute, specialmente in un organismo già debilitato dalla appena superata "patologia".

Il metodo "6 (mda)" (settimanale) è l'unico che funziona perfettamente come terapia, anche in quanto qualsiasi processo fisiologico dell'organismo, e specialmente proprio la delicatissima disintossicazione aspecifica (esiste un solo metabolismo detox, il quale è stato già progettato dalla natura per la massima velocità di disintosicazione), funziona solo ed esclusivamente se avviene pure in una situazione di pH ematico costante esattamente a 7,4 (o, al limite, solo leggermente più alcalino, ma assolutamente mai nemmeno minimamente più acido), condizione alla quale, come abbiamo già visto, ci si avvicina al massimo possibile (minimizzando le tossicosi aspecifiche) solo ed esclusivamente con il predetto metodo.

Tra l'altro, è stato rilevato che anche il delicatissimo e complesso apparato intracellulare del GOLGI, che ha un ruolo FONDAMENTALE nella DISINTOSSICAZIONE aspecifica, può assolvere il suo compito SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in corrispondenza di pH ematico esattamente a 7,41. Inoltre, altrettanto unicamente a quel valore di pH si ottiene l'efficacia molecolare di tutte le molecole detossicanti, come polifenoli, pectine, acido malico, ecc., le quali, infatti, specialmente in stato acidotico, per innescare il loro meccanismo molecolare, devono assolutamente aspettare sempre che tutti i sistemi tampone e di reazione dell'organismo riportino il pH sempre a 7,4, in attesa del quale nemmeno possono lontanamente iniziare ad agire efficacemente.

Quindi, è anche per tutta questa serie di motivazioni biochimiche che l'impostazione fasica giornaliera "mda" (di ognuna della 5 fasi "alimentari" precedenti il melarismo), (la quale è la sola che oltre a mantenere il più possibile il pH intorno a 7,4, lo fa minimizzando le tossicosi aspecifiche |ovviamente è superata esclusivamente dal fruttarismo sostenibile 2 in poi|), è assolutamente l'unica possibile, anche e specialmente in fase terapeutica, proprio in quanto ha la parte "m" (cioè le mele rosse), sono l'unico cibo al mondo in grado pure di mantenere costante esattamente quel valore di pH ematico, e la parte "d-a" (attuata nei modi predetti), è anche proprio l'unico sistema naturale al mondo (dopo il melarismo) che consente di mantenersi il più vicino possibile a quel valore il pH ematico (a tossicosi aspecifica minima), per il resto della giornata e di tutta la nottata.

Infatti, la situazione fisiologica peggiore in assoluto, che addirittura contrasta anche qualsiasi tentativo di processo di disintossicazione aspecifica dell'intero organismo, è proprio esattamente l'acidosi (secondaria o primaria).

E', dunque, anche per questo motivo che, specialmente in fase di terapia, sia la frutta acida (anche estremamente acidificante, a cominciare dalle arance), sia la frutta essiccata dolce (anche decisamente acidificante), e, ancora peggio, il digiuno (pure ancora più acidificante di entrambe, addirittura 24 ore su 24), MAI VANNO ASSOLUTAMENTE USATI, anche in quanto, come conseguenza ulteriore, aumentano estremamente la stessa intossicazione aspecifica che si vuole invece eliminare, e addirittura sono capaci di danni gravissimi, persino irreversibili, all'intero organismo, come vedremo meglio anche più avanti.

Analisi storica nel passaggio dalla medicina classica (ancora ippocratica) alla MEDICINA MODERNA (oloscientifica)

La medicina classica (attuale) è stata fondata da Ippocrate, addirittura oltre 2400 anni fa (circa 400 anni prima di Cristo) il quale usava purtroppo dei principi di base ancora profondamente parzialistici (cioè l'opposto di olistici) tipici proprio delle società più primitive, che associavano ad ogni cosiddetta singola "malattia" una causa diversa, ovviamente quasi sempre "ignota", ignorando ancora la natura UNITARIA della realtà, almeno come così chiaramente è stata dimostrata anche dalla FISICA e BIOFISICA MODERNA, a cominciare dalla MECCANICA QUANTISTICA applicata alla BIOFISICA.

La presente MEDICINA MODERNA, invece, è stata fondata indirettamente da GEORGE CUVIER, un famosissimo professore universitario di Parigi, nella prima metà del 19° secolo, il quale, per la PRIMA volta nella storia, ha usato SCIENTIFICAMENTE finalmente il principio OLISTICO unito alla VERIFICA SPERIMNETALE, applicato soprattutto alla SPECIE UMANA, principio SCIENTIFICO SPERIMENTALE che ormai, anche con la tutta la predetta BIOFISICA MODERNA, si è rivelato essere SCIENTIFICAMENTE IL PIU' AVANZATO AL MONDO, pure dopo la scoperta della legge (essendo ormai dimostrata sperimentalmente) di indeterminazione di Heisemberg, che ha posto definitivamente una pietra tombale sul principio parzialistico usato nell'antichità da Ippocrate e che continua purtroppo molto PRIMITIVAMENTE ad usare ancora oggi la medicina classica.

Cuvier, con la fondazione ufficiale dell'ANATOMIA COMPARATA, attraverso moltissimi testi e persino un'intera enciclopedia, ha dimostrato scientificamente anche che LA STRUTTURA DELLA SPECIE UMANA E' ASSOLUTAMENTE TIPICA DEGLI ANIMALI FRUGIVORI, e che, L'UOMO E' UN ANIMALE FRUGIVORO, frase con cui notoriamente iniziava tutte le sue lezioni universitarie di anatomia comparata applicata alla SPECIE UMANA.

Successivamente, con la nascita della FISIOLOGIA COMPARATA, si sono trovate pure tutte le conferme FISIOLOGICHE che LA SPECIE UMANA E' UNA SPECIE TIPICAMENTE FRUGIVORA, ma che, come abbiamo anche visto nei precedenti capitoli, dalla fisiologia comparata alla scienza dell'alimentazione moderna, è ADDIRITTURA la specie più frugivora IN ASSOLUTO, più precisamente fruttivora, ed, in particolare MALIVORA. Quando, a cominciare dai decenni successivi,

moltissimi MEDICI di tutto il mondo, studiosi anche di ANATOMO-FISIOLOGIA COMPARATA, si sono messi ad applicare questi principi a livello TERAPEUTICO, hanno scoperto che QUALSIASI specie animale, e soprattutto la biochimicamente evolutissima SPECIE UMANA, espressione proprio del ciclo H a minima energia in assoluto, nemmeno si "ammala" per motivi "poco bene identificati" come sosteneva Ippocrate, o per "eziologia sconosciuta" come TRADUCE ancora oggi la primitivissima "medicina" classica, in quanto in realtà tecnicamente mai "ammala", nel senso generale che si intendeva e si intende ancora oggi:

semplicemente INTRODUCE nel suo organismo elementi ecosistemici che hanno ASSOLUTAMENTE NULLA A CHE FARE con l'organismo della SPECIE animale in questione, portandolo ad una semplicissima INTOSSICAZIONE ASPECIFICA, cioè di sostanze, configurazioni strutturali e loro proporzioni reciproche BIOCHIMICAMENTE INADATTI a quella PARTICOLARE specie animale, che, divenendo gradualmente CRONICO-CUMULATIVA incrementale, determina direttamente EFFETTI molto diversi da persona a persona, (a seconda della combinazione tossi-aspecifica usata e della loro interazione con le caratteristiche personali), EFFETTI che del tutto erroneamente vengono ancora molto primitivamente definiti "malattia".

Soprattutto negli ultimi decenni, coadiuvati anche dalla BIOFISICA NUCLEARE E PARTICELLARE più moderna applicata alla SPECIE UMANA (accennata nei capitoli predenti), si è giunti a verifiche sperimentali soprattutto TERAPEUTICHE, con GUARIGIONI TOTALI (mediamente 93% in fase F1 e 100% in fase M1) relative ad OGNI categoria "patologica" esistente, con procedure talmente SEMPLIFICATE e VELOCI, da far ritenere del tutto doveroso, da parte delle predette centinaia di scienziati da tutto il pianeta, di fondare urgentemente la presente MEDICINA MODERNA, a cominciare dalla postdetta EZIOPATOGENETICA MODERNA, su cui si basa soprattutto l'avanzatissima e perfettamente risolutiva TERAPEUTICA MODERNA.

Fondamenti di MEDICINA MODERNA: struttura di base Come tutte le versioni MODERNE soprattutto di qualsiasi disciplina scientifica,

la MEDICINA MODERNAha anche una struttura di base più semplice: come accennato, si divide in

1) PATOLOGIA MODERNA che comprende fondamentalmente

- l' EZIOPATOGENETICA MODERNA,
- la PROFILASSI MODERNA,
- la DIAGNOSTICA MODERNA,

2) TERAPEUTICA MODERNA.

Vediamo almeno i fondamenti di ciascuna di queste scienze.

EZIOPATOGENETICA MODERNA

Le centinaia di scienziati da tutto il mondo che hanno contribuito alla stesura integrale del presente testo, dopo anche una approfonditissima analisi scientifica sperimentale moderna sulla specie umana, basata soprattutto sui parametri evolutissimi predetti dell'OLOSCIENZA, i cui fondamenti essenziali, ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILI per una MEDICINA MODERNA,

sono contenuti nei capitoli precedenti relativi alla paleodinamica filogenetica anatomo-fisiologica relativa alla formazione stessa del sistema materiale della specie umana, anatomia comparata specialistica applicata alla specie umana, la sofisticatissima biomeccanica della morfologia funzionale comparata fitozoologica, la fisiologia comparata specialistica applicata alla specie umana, fino alla scienza dell'alimentazione moderna esaminata dal livello particellare non barionico della meccanica quantistica fino all'esame strutturale- molecolare anche di ogni modello alimentare esistente, hanno dovuto constatare che era assolutamente doveroso fondare

l'EZIOPATOGENETICA MODERNA

[la scienza MODERNA che studia le CAUSE patogene di tutti gli stati patologici; studia cioè l'eziopatogenesi ("ezio" deriva da "aitìa"= causa, "pato" da "pathos" nel senso di "malattia", e "genesi" da "gènesis"=nascita)], così come è doveroso, vista soprattutto l'efficacia e l'efficienza persino quasi immediata del SISTEMA TERAPEUTICO MODERNO ad essa

conseguente relativo addirittura ad ogni stato patologico oggi conosciuto, da parte di tutte le istituzioni mondiali preposte, dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, ai Ministeri della Pubblica Istruzione, ai Rettori universitari delle facoltà di medicina, ai singoli professori universitari di medicina,ai singoli primari ospedalieri, fino ai singoli medici di ogni nazione, fino a chiunque sia in grado di farlo,

inserire la presente intera MEDICINA MODERNA (compreso almeno TUTTE le suddette materie ad essa propedeutiche, comunque già sintetizzate in questo intero testo, gentilmente offerto gratuitamente dalle centinaia di scienziati predetti che hanno dedicato anche tutta la loro vita a tali ricerche scientifiche, vista anche l'emergenza didattica assoluta) nel corso di studi delle facoltà di medicina, insegnarla agli studenti di medicina, e diffonderla velocemente nell'intera popolazione mondiale, che ha ancora centinaia di MILIONI di persone che stanno soffrendo e morendo in questo esatto momento di banalissime TOSSICOSI ASPECIFICHE credute ancora del tutto primitivamente cosiddette "malattie ad eziologia sconosciuta" denominazione che deve assolutamente scomparire PER SEMPREda tutti i testi di medicina classica che sono ancora strapieni di questa ormai completamente superata dizione.

Il SEGRETO dell'eziopatogenesi è custodito nell'incrocio dei dati scientifici di almeno TUTTE le scienze MODERNE e OLOSCIENTIFICHE suddette, ma in modo più semplificativo si può trovare nell' ANATOMO-FISIOLOGIA COMPARATA DEI SISTEMI DIGERENTI ma SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se incrociata scientificamente almeno alla ZOO-TROFOLOGIA COMPARATA MODERNA (presenti nei precedenti capitoli).

Le CINQUE LEGGI FONDAMENTALI dell'EZIOPATOGENETICA MODERNA

1° LEGGE) CORRISPONDENZA ANATOMO-FISIO-TROFICA

AD OGNI STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA (a cominciare da quella DIGERENTE) CORRISPONDE UN ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO.

[E' proprio il DATO SCIENTIFICO MODERNO, addirittura OLOSCIENTIFICO, più AVANZATO e SOFISTICATO AL MONDO; come si è visto nei precedenti capitoli, deriva anche dall'incrocio dei dati scientifici sperimentali più avanzati nel campo, come predetto, della paleodinamica filogenetica anatomo-fisiologica relativa alla formazione stessa del sistema materiale della specie umana, anatomia comparata specialistica applicata alla specie umana, la sofisticatissima biomeccanica della morfologia funzionale comparata fitozoologica, la fisiologia comparata specialistica applicata alla specie umana, fino alla scienza dell'alimentazione moderna esaminata dal livello particellare non barionico della meccanica quantistica fino all'esame strutturale- molecolare anche di ogni modello alimentare esistente].

2° LEGGE) INCOMPATIBILITA' BIOCHIMICA

ASPECIFICA IL "CIBO" NON SPECIE-SPECIFICO PER UNA SPECIE ANIMALE (SOPRATTUTTO SPECIE UMANA) INSERISCE NEL SUO ORGANISMO STRUTTURE MOLECOLARI INADATTE ALLA SUA SPECIE, dette TOSSINE ASPECIFICHE: LE TOSSINE ASPECIFICHE COSTITUISCONO L'UNICA CAUSA EZIOPATOGENETICA.

[Questa causa patogena, pur essendo UNICA, determina categorie patologiche classiche e loro manifestazioni sintomatologiche di NUMERO ELEVATISSIMO per il semplice motivo che la tossicosi aspecifica può avere ADDIRITTURA INFINITI EFFETTI DIVERSI a seconda della PARTICOLARISSIMA combinazione crono-quali-quantitativa tossi-aspecifica introdotta, e della sua PARTICOLARISSIMA interazione molecolare con le diverse caratteristiche personali dei diversi settori di ogni sistema materiale umano;

la seconda legge eziopatogenetica è solo il primo degli immediatissimi corollari (conseguenze scientifiche sperimentali) della prima legge; anche questo dato scientifico sperimentale deriva anche dall'incrocio dei dati scientifici sperimentali più avanzati di assolutamente TUTTE le suddette scienze, addirittura con l'AGGIUNTA dei dati scientifici della medicina moderna, dalla patologia moderna fino alla TERAPEUTICA MODERNA, che ha portato specialmente negli ultimi decenni alle GUARIGIONI PIU' TOTALI (dalla sintomatologia clinica fino agli esami strumentali e di laboratorio più sofisticati) di ASSOLUTAMENTE TUTTE le categorie patologiche esistenti, GUARIGIONI TALMENTE TOTALI e VELOCI (anche di stati patologici massimamente cronicizzati da molti decenni) da risultare inizialmente quasi incredibili persino agli stessi ricercatori che analizzavano il paziente totalmente guarito davanti a loro, con assolutamente TUTTI I parametri scientifici rientrati PERFETTAMENTE nella NORMA, ma addirittura con TUTTI i parametri QUALITATIVI, da clinici fino a biochimici molecolari e biofisici particellari, DI MOLTISSIMO SUPERIORI alla NORMA].

3° LEGGE) EZIOPATODINAMICA ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA

LA TOSSICOSI ASPECIFICA HA UNA EZIOPATODINAMICA CRONICO-CUMULATIVA: DALLA TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-PRIMARIA ALLA TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-SECONDARIA.

[La tossicosi aspecifica non ha un'eziopatodinamica acuta, ma CRONICO-CUMULATIVA, cioè che determina un livello ALMENO pato-primario CRONICO SEMPRE PRESENTE E SINTOMATICO (specificato nella prossima legge), che, tramite il meccanismo incrementale tossico aspecifico cronico-CUMULATIVO (relativo sia alla combinazione qualiquantitativa tossi-aspecifica introdotta, sia alla capacità assorbitorio-reattiva tossi-aspecifica settoriale congenita), può incrementarsi ad un livello pato-primario SUBACUTO o ACUTO, fino ad un livello pato-secondario, CRONICO, SUBACUTO o ACUTO. (sono inesistenti "patologie" o "predisposizioni" "genetiche" o "ereditarie" ma esclusivamente interazioni tossi-aspecifiche con caratteristiche congenite, individuali o pre-generazionali; il fattore esterno pre-lesivo |freddo, caldo, stress, ecc.| è esclusivamente potenziante |NON "patogeno"| la tossicosi aspecifica; la lesione |fisico-chimica, psico-meccanico-lavorativa, ecc.| tecnicamente non è "patologia", ma lesione infortunistica, tuttavia anche la sua velocità di guarigione è enormemente accelerata dalla disintossicazione aspecifica)].

4° LEGGE) TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-PRIMARIA

LE TOSSINE ASPECIFICHE DETERMINANO SEMPRE COME MINIMO UNA TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-PRIMARIA (almeno CRONICA): cioè come minimo UNA ALTERAZIONE FISIOLOGICA ASPECIFICA PATO-PRIMARIA (almeno CRONICA).

LA TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-PRIMARIA, tramite il meccanismo incrementale tossico aspecifico cronico-CUMULATIVO (relativo sia alla combinazione qualiquantitativa tossi-aspecifica introdotta, sia alla capacità assorbitorio-reattiva tossi-aspecifica settoriale congenita), può essere:

1) INFERIORE (almeno CRONICA) [alterazione fisiologica aspecifica non pato-secondaria con quadro sintomatologico (obiettivo e soggettivo) attenuato], [è SEMPRE presente e SINTOMATICA (anche se "inconsapevole"): a cominciare da iperprotidosi aspecifica (primaria o secondaria) e acidosi aspecifica (primaria o secondaria), fino, a seconda anche delle caratteristiche personali, a formazione di rughe cutanee, alopecia, cappelli in cromato-diminuzione fino capelli bianchi (come vedremo in gerontologia moderna, le ultime tre sono solo tossicosi aspecifiche soprattutto da acidosi aspecifica secondaria e primaria), fisico sovrappeso o sottopeso, sonnolenza postprandiale, nervosismo, irritabilità, ansia, insonnia, russamento, apnee notturne, feci maleodoranti, sudore maleodorante, muco nasale, raffreddore, febbre, tosse, emicrania, coliche, fiato corto, fiatone anche dopo poco movimento, sensazione di pesantezza fisica o mentale, miopia, presbiopia, ipermetropia, astigmatismo, carie dentali, tartaro dentale, gonfiore o emorragia gengivale, secchezza cutanea, iper-sofferenza del freddo o del calore, difficoltà di concentrazione, tristezza frequente, sensazione di infelicità (le ultime due sono solo ipercatecolaminosi neurotrasmettitoriali determinate soprattutto da iperprotidosi aspecifica secondaria), ecc.];

2) SUPERIORE [alterazione fisiologica aspecifica non pato-secondaria con quadro sintomatologico (obiettivo e soggettivo) intenso], [ad esempio: ipertensione (come tutti gli stati patologici, tramite solo la disintossicazione aspecifica della terapia naturale specie-specifica predetta, anche la pressione ematica rientra nei valori normali in breve tempo), osteoporosi, astenia, depressione (psicologica), anemia, acidosi gastrica, stipsi, diarrea, allergie, ecc.].

5° LEGGE) TOSSICOSI ASPECIFICHE PATO-SECONDARIE

LA TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-PRIMARIA, tramite il meccanismo incrementale tossico aspecifico cronico-CUMULATIVO (relativo sia alla combinazione qualiquantitativa tossi-aspecifica introdotta, sia alla capacità assorbitorio-reattiva tossi-aspecifica settoriale congenita), PUO' INCREMENTARSI IN TOSSICOSI ASPECIFICA PATO-SECONDARIA che può essere (principalmente):

1) INFIAMMATORIA [tossicosi aspecifica pato-secondaria CITOPLASMATICA (processo reattivo istologico all'incremento tossi-aspecifico)];

2) NEOPLASTICA [tossicosi aspecifica pato-secondaria GENETICA (mutagenesi per interazione molecolare tossi-aspecifica incrementale)];

3) INFETTIVA [tossicosi aspecifica pato-secondaria PARASSITO-POTENZIATA (stato pato-tossi-aspecifico incrementale potenziato da micro o macro-parassiti (cioè virus, batteri, protozoi, funghi, macroparassiti, ecc.) che diventano PATO-POTENZIANTI |NON "patogeni"| SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in presenza tossi-aspecifica DI CUI SI NUTRONO)].

[Va ricordato che, inoltre, la SPECIE UMANA HA IL SISTEMA IMMUNITARIO PIU' EVOLUTO IN ASSOLUTO di qualsiasi altra specie animale sull'intero pianeta, con sistemi di riconoscimento genetico anche dei suddetti agenti pato-potenzianti

(con innumerevoli e diversissimi meccanismi molecolari, come ad esempio, I sofisticatissimi meccanismi RAG-1 e RAG-2) che sono TOTALMENTE MICIDIALI proprio contro virus, batteri, protozoi, funghi,macroparassiti, ecc.; TUTTAVIA, essendo anche il sistema immunitario fatto di cellule, tessuti ed organi, anch'esso assorbe una parte della TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA, che determina una ENORME RIDUZIONE DELLA FUNZIONALITA' DELL'INTERO SISTEMA IMMUNITARIO, e addirittura in maniera INCREMENTALE ogni giorno che passa; quindi, l'effetto ASSOLUTAMENTE DEVASTANTE della TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA, giungendo anche e soprattutto fino allo stesso SISTEMA IMMUNITARIO, porta alla situazione DEL TUTTO PARADOSSALE che proprio le cellule umane PIU' SOFISTICATE E BIOCHIMICAMENTE AVANZATISSIME IN ASSOLUTO SULL'INTERO PIANETA

(quelle SOFISTICATISSIME del sistema immunitario UMANO, ULTIMISSIMO MODELLO eucariota di arma difensiva DELL'INTERA EVOLUZIONE BIOLOGICA, risalente circa a SOLO 7 milioni di anni fa), arrivano ad essere anche LETTERALMENTE DISTRUTTE da germi, cellule e organismi ENORMEMENTE PIU' DEBOLI E BIOCHIMICAMENTE PRIMITIVI IN ASSOLUTO SULL'INTERO PIANETA

(virus, batteri, protozoi, funghi unicellulari, macroparassiti, ecc., hanno una tipologia strutturale TALMENTE IPER-PRIMITIVA da risalire ad oltre ADDIRITTURA 4 MILIARDI DI ANNI FA fino ad un minimo di OLTRE 450 MILIONI DI ANNI FA); ad esempio,

la lotta tra un PRIMITIVISSIMO BATTERIO ed un nostro EVOLUTISSIMO LEUCOCITA, è esattamente come la lotta tra una persona con una PRIMITIVISSIMA CLAVA e una persona con una MODERNISSIMA PISTOLA LASER; l'unico "problema", è che la nostra MODERNISSIMA PISTOLA LASER per essere PERFETTAMENTE FUNZIONALE ha bisogno proprio precisamente dell' UNICO CARBURANTE EVOLUTISSIMO SPECIE-SPECIFICO per la SPECIE UMANA (alimentazione SPECIE-SPECIFICA),

mentre, al contrario, la modernissima pistola laser viene immersa totalmente nel FANGO a tal punto da INGOLFARE TUTTI I SUOI SOFISTICATISSIMI MECCANISMI, cioè se il LEUCOCITA viene INTOSSICATO con MILIARDI DI TOSSINE ASPECIFICHE che introduciamo nel sistema materiale umano attraverso la nostra bocca,

la stessa MODERNISSIMA PISTOLA LASER (del LEUCOCITA) perderà talmente velocemente anche TUTTA LA SUA FUNZIONALITA', che vincerà la lotta INCREDIBILMENTE PROPRIO IL BATERIO CON LA PRIMITIVISSIMA CLAVA; questo è il motivo principale per cui, la TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA oltre a NUTRIRE PERFETTAMENTE TUTTI I NOSTRI MICRO E MACROPARASSITI, virus, batteri, protozoi, funghi, macroparassiti, ecc.,

(che si nutrono SOPRATTUTTO di tossine aspecifiche; ricordiamoci sempre che il loro ruolo biologico è anche quello di essere GLI SPAZZINI della natura, decomponendo tutti i cadaveri animali e vegetali, ma anche attaccando TUTTI gli organismi INTOSSICATI ASPECIFICAMENTE, e quindi i più DEBOLI in natura)

portandoli a POTENZIARLI ENORMEMENTE anche tramite una IPER PROLIFERAZIONE che, proprio con i LORO STESSI loro prodotti metabolici finali, POTENZIA anche LA TOSSICOSI ASPECIFICA in corso, allo stesso tempo, e addirittura come CAUSA PATO-INFETTIVA PRINCIPALE, INTOSSICA ASPECIFICAMENTE e CRONICO-CUMULATIVAMENTE ANCHE IL NOSTRO INTERO SISTEMA IMMUNITARIO FACENDOGLI PERDERE VELOCISSIMAMENTE ANCHE TUTTA LA SUA FUNZIONALITA';

ecco perchè l' EZIOPATOGENETICA INFETTIVA è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE una TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA pato-secondaria PARASSITO-POTENZIATA, e che GUARISCE VELOCEMENTE PROPRIO TOGLIENDO SEMPRE LA SUA UNICA CAUSA INIZIALE, cioè tramite l'INVERSIONE DEL PROCESSO TOSSICOTICO ASPECIFICO, che vedremo più dettagliatamente nella postdetta TERAPETICA MODERNA].

Considerazioni relative all'EZIOPATOGENETICA MODERNA Dalla presente EZIOPATOGENETICA MODERNA si evincono subito chiarissimamente almeno tre ulteriori elementi di base:

1) la cosiddetta "malattia" MAI è un evento "normale" (nella vita): in natura NESSUN animale si ammala se si nutre col cibo ADATTO alla sua SPECIE;

2) la cosiddetta "MALATTIA" INIZIA NEL MOMENTO ESATTO IN CUI SI INTRODUCE NELL'ORGANISMO UN cosiddetto "CIBO" ASPECIFICO;

3) nella cosiddetta "malattia" (TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA) le cause patogene interne ad essa più gravi in assoluto sono:

- l' IPERPROTIDOSI SECONDARIA;
- l' ACIDOSI SECONDARIA e PRIMARIA.

Come abbiamo visto anche nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, questi ultimi,

l'IPERPROTIDOSI SECONDARIA e l'ACIDOSI SECONDARIA e PRIMARIA,

sono esattamente I DUE PARAMETRI KILLER più devastanti in assoluto nella fase incrementale tossi-aspecifica cronico-cumulativa, soprattutto nell'organismo della SPECIE UMANA.

Quindi, risulta immediatamente evidente che, a rigore scientifico, la QUASI INTERA popolazione attuale di questo pianeta, sotto il profilo medico-tecnico, è una POPOLAZIONE DI MALATI CRONICI, come MINIMO di una TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA PATO-PRIMARIA, inferiore o superiore, fino ad una PATO-SECONDARIA, con tutte le ULTERIORI pre e postdette CONSEGUENZE LETTERALMENTE CATASTROFICHE DIRETTE e INDIRETTE che questo comporta, dalle TENSIONI INTERNAZIONALI, SOCIALI ed INTERPERSONALI, fino all'intero EQUILIBRIO ECOSISTEMICO MONDIALE.

Dunque, è compito URGENTISSIMO da parte di assolutamente TUTTE LE ISTITUZIONI SANITARIE PREPOSTE, MONDIALI, INTERNAZIONALI e NAZIONALI, fino al singolo MEDICO, utilizzare la totalità degli INDISPENSABILI seguenti strumenti fondamentali, PROFILASSI MODERNA, DIAGNOSTICA MODERNA e TERAPEUTICA MODERNA, che sono gli UNICI talmente avanzati ed efficaci, da essere in grado di far uscire l'intera società umana dalla presente PRIMITIVISSIMA situazione sanitaria mondiale.

PROFILASSI MODERNA, DIAGNOSTICA MODERNA, TERAPEUTICA MODERNA

Sulla base anche della predetta EZIOPATOGENETICA MODERNA, oggi il medico moderno ha finalmente tutti gli strumenti assolutamente essenziali per agire con EFFICACIA ed EFFICIENZA MASSIMA nel settore sanitario mondiale, vista anche l'ENORME SEMPLIFICAZIONE scientifico-tecnica a cui è giunta la presente MEDICINA MODERNA, proprio nello spirito della MASSIMA EVOLUZIONE e del VERO PROGRESSO di ogni disciplina, che si sintetizza sempre nel PRINCIPIO BIOFISICO DELLA MINIMA ENERGIA, cioè esattamente l'UNICO parametro di base che contiene il significato più profondo della parola

PROGRESSO: ottenere il MASSIMO RISULTATO col MINIMO SFORZO. Questo vale SOPRATTUTTO per i tre strumenti fondamentali per la SALUTE, IL BENE PIU' PREZIOSO DI OGNI UOMO: PROFILASSI MODERNA, DIAGNOSTICA MODERNA, TERAPEUTICA MODERNA.

PROFILASSI MODERNA

La MEDICINA PREVENTIVA MODERNA è semplicissima: grazie all'opera come minimo ultradecennale delle centinaia di scienziati predetti, che hanno offerto gratuitamente la sintesi delle loro ricerche sperimentali incrociate proprio nel PRESENTE TESTO, come ruolo per tutte le ISTITUZIONI SANITARIE MONDIALI, INTERNAZIONALI e NAZIONALI del pianeta, dall' OMS, alle unioni internazionali come STATI UNITI e UNIONE EUROPEA, ecc., ai MINISTERI della PUBBLICA ISTRUZIONE di tutte le nazioni, a TUTTE le FACOLTA' di TUTTE le UNIVERSITA' del pianeta, fino a tutti i MEDICI del mondo, è SUFFICIENTE soprattutto diffondere il PRESENTE TESTO, NELLA SUA FORMA INTEGRALE, perchè l' OLOSCENZA è UNA SOLA, e separandola MAI si capirà,

SPECIE UMANA: progetto 3M,

con particolare riguardo proprio alla facoltà di MEDICINA, che deve agire IMMEDIATAMENTE vista la situazione ormai DEL TUTTO EMERGENZIALE MONDIALE, con le centinaia di MILIONI di persone che stanno proprio in questo esatto momento SOFFRENDO ENORMEMENTE e MORENDO (sia fuori che dentro gli ospedali, sia del nord che del sud del pianeta) a causa delle più ESTREMAMENTE BANALI TOSSICOSI ASPECIFICHE, PATO-PRIMARIE e PATO-SECONDARIE, ancora purtroppo, addirittura per la maggior parte, primitivamente definite "malattie a eziologia sconosciuta", e delle poche rimanenti la presunta eziologia, all'esame scientifico moderno si è rilevata essere

SOLO ed ESCLUSIVAMENTE uno dei TANTI EFFETTI della VERA EZIOLOGIA TOSSI-ASPECIFICA, primaria o secondaria, creando pure dopo il letterale bombardamento di cosiddetti "farmaci" anche delle recidive ESTREMAMENTE PIU' ESPLOSIVE della fase iniziale, visto che si tenta di colpire SOLO L'EFFETTO, lasciando la CAUSA PATOGENA PERFETTAMENTE INTATTA MA ADDIRITTURA PEGGIORATA DI MOLTO (si ricorda la DINAMICA EZIOPATOGENETICA di TIPO CRONICO-CUMULATIVO della TOSSICOSI ASPECIFICA) fino alla DISPERAZIONE e MORTE del paziente stesso.

Di conseguenza, oltre alla predetta essenziale diffusione del PRESENTE LIBRO INTEGRALE in tutto il mondo, la parte del tutto basilare e CENTRALE della PROFILASSI MODERNA, è spiegare MOLTO DETTAGLIATAMENTE ed APPROFONDITAMENTE allo studente o specializzando in MEDICINA soprattutto la predetta EZIOPATOGENETICA MODERNA, con TUTTE LE SUE CINQUE LEGGI FONDAMENTALI, l' UNICA PIATTAFORMA SCIENTIFICA DI BASE

TOTALMENTE ESSENZIALE proprio per poter CAPIRE ed ATTUARE EFFICACEMENTE oltre che la PROFILASSI MODERNA, anche la DIAGNOSTICA MODERNA e specialmente la TERAPEUTICA MODERNA.

Come PROFILASSI DIRETTA, al tempo stesso, è assolutamente INDISPENSABILE che TUTTE LE ISTITUZIONI MONDIALI, a cominciare da quelle suddette, INCORAGGINO MASSIMAMENTE soprattutto con TUTTI GLI INCENTIVI PRATICI di QUALSIASI tipologia, sia il SETTORE INDUSTRIALE FARMACEUTICO a produrre sempre di più solo ed esclusivamente i PRODOTTI CARPOTECNICI (di cui parleremo meglio più avanti), e sia il SETTORE MEDICO, a tutti i livelli, ad applicare immediatamente, oltre che la seguente diagnostica moderna, specialmente la conseguente postdetta TERAPEUTICA MODERNA.

DIAGNOSTICA MODERNA

Ovviamente, quando non si basa sull'eziopatogenetica moderna, la diagnostica classica (positiva, biologica, differenziale, "eziologica", ecc.) ignorando la vera CAUSA dello stato patologico [come abbiamo visto, anche il tentativo di "eziologia" (presunte "cause") classica, è altro che un lunghissimo elenco di EFFETTI (alterativi, reattivi, mutagenetici, potenziati, ecc.) della tossicosi aspecifica cronico-cumulativa (unica causa patogena); questa causa patogena, pur essendo UNICA, determina categorie patologiche classiche e loro manifestazioni sintomatologiche di NUMERO ELEVATISSIMO per il semplice motivo che la tossicosi aspecifica può avere ADDIRITTURA INFINITI EFFETTI DIVERSI a seconda della PARTICOLARISSIMA combinazione crono-quali-quantitativa tossi-aspecifica introdotta, e della sua PARTICOLARISSIMA interazione molecolare con le diverse caratteristiche personali dei diversi settori di ogni sistema materiale umano] del tutto contrariamente al concetto di progresso (che si basa sul massimo risultato col minimo sforzo),

è costretta ad affannarsi disperatamente, in maniera tipica ancora della stregoneria ESTREMAMENTE PRIMITIVA, verso la possibilità di dare un nome sintetico unico (detto "malattia") all'insieme SOLO degli EFFETTI (diretti e indiretti) dello stato patologico [cioè a tutto il quadro sintomatologico della persona particolare, dalla sintomatologia obiettiva (generale, fisica, funzionale, clinica, ecc.) alla sintomatologia soggettiva (percepita solo dalla suddetta), al quale, attraverso la classificazione nosologica, poi dare un nome unico ("malattia"), che costituisce la "diagnosi" classica] contro SOLO i quali EFFETTI (diretti e indiretti) iniziare poi il letterale bombardamento di "pozioni magiche PRIMITIVISSIME" chiamate "farmaci"

[inoltre, come se una sola tipologia molecolare detta "principio attivo" possa riparare le innumerevoli e diversissime micro-lesioni effettuate dalle NUMEROSISSIME MIGLIAIA di tipologie molecolari tossi-aspecifiche diverse ed ipercomplesse, che nella scienza eziopatogenetica moderna è arcinoto essere contenute nei cosiddetti "cibi" aspecifici, tramite anche la precisissima analisi dettagliata delle scienze anatomia comparata e fisiologia comparata che ci avvertono molto prima che avvenga il danno, se un dato elemento ecosistemico è biochimicamente adatto o meno ad essere introdotto nell' organismo della specie umana]

oppure contro SOLO i quali EFFETTI (diretti e indiretti) effettuare poi la letterale opera di "macelleria umana PRIMITIVISSIMA" chiamata "intervento chirurgico"

[come se l'individuo della specie umana fosse un vero e proprio bidone della spazzatura dove prima si può introdurre "onnivoricamente" ogni tipo di sistema materiale che non uccida immediatamente, e poi, quando l'organismo è in piena tossicosi cronica aspecifica, per di più incrementale e cronico-cumulativa ogni giorno che passa, invece di modificare e far diminuire urgentissimamente questa entrata continua tossi-aspecifica, innescando gradualmente anche tutti gli arcinoti, in biologia molecolare e ormai anche in biofisica quantistica, meccanismi di autoriparazione proto-lipo-glico-genetica, si squarta letteralmente l'organismo, cercando disperatamente di "rimediare" SOLO agli EFFETTI (diretti e indiretti) macroscopici che, inoltre, del tutto al contrario, sono sempre miliardi di miliardi di danni e microlesioni ultramicroscopiche, che distruggono dalla nostra ipercomplessa struttura non barionica, alla nostra evolutissima struttura elettromagnetica addirittura di ciclo H a minima energia, fino a tutti i meccanismi sofisticatissimi genetici di attivazione autoriparativa ancora sotto bombardamento tossi-aspecifico e peggiorati enormemente dai cosiddetti "farmaci"],

ottenendo come unico risultato dell'azione medica classica una società umana mondiale ancora con centinaia di MILIONI di persone che soffrono e muoiono OGNI GIORNO delle più banali tossicosi aspecifiche ancora primitivamente chiamate "malattie", una società ancora strapiena di ospedali, ospedali ancora strapieni di malati, in un pianeta dove NESSUN'ALTRA specie animale si ammala se si nutre con cibi ADATTI alla SUA SPECIE.

Quindi, la prima cosa che deve fare il medico è uscire SUBITO e DEFINITIVAMENTE da questo PRIMITIVISSIMO ruolo di STREGONE-MACELLAIO, col quale non fa altro che autoinsultare la sua stessa dignità di uomo, e passare finalmente e definitivamente a quello di SCIENZIATO, che, prima di tutto conosce perfettamente la tipologia di specie animale che ha in cura, la SPECIE UMANA, dall'anatomia comparata, alla fisiologia comparata, alla morfologia funzionale comparata fitozoologica, alla scienza dell'alimentazione moderna relativa all'alimentazione specie- specifica della specia umana, e tutte le altre avanzatissime scienze contenute in questo testo, applicando immediatamente anche la seguente

DIAGNOSTICA MODERNA.

Anche in DIAGNOSTICA MODERNA vale assolutamente il principio BASE di ogni PROGRESSO: ottenere il MASSIMO RISULTATO col MINIMO SFORZO. Di conseguenza, come abbiamo visto, mentre la complicatissima "diagnosi" classica è il nome dato all'insieme di EFFETTI (patologici), la DIAGNOSI MODERNA è il nome dato all'unica CAUSA (patogena) (in base ai criteri definizionali dell'eziopatogenetica moderna):

TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA che può essere (a seconda solo della tipologia tossi-aspecifica, fase incrementale e caratteristiche congenite)

1) PATO-PRIMARIA (inferiore o superiore), o
2) PATO-SECONDARIA (infiammatoria, neoplastica o infettiva).

Quindi (dopo una breve anamnesi che serve solo per conoscere il grado di profondità, tipologia passata e tempo di esposizione relative alla tossicosi aspecifica, parametri ulteriori sui quali proporzionare la rigorosità terapeutica), si deve passare IMMEDIATAMENTE alla TERAPEUTICA MODERNA.

TERAPEUTICA MODERNA

Puntando DIRETTAMENTE all'eliminazione graduale della CAUSA patogena, la terapeutica MODERNA tecnicamente si definisce EZIOLOGICA, più esattamente TERAPEUTICA EZIOPATOGENETICA SPECIE-SPECIFICA, in quanto interviene sia sull'eziologia che sulla eziopatodinamica dello stato patologico, ma addirittura con parametri sia filogeneticamente che anatomo-fisiologicamente specie-specifici per la SPECIE UMANA.

Ovviamente, soprattutto in TERAPEUTICA MODERNA vale assolutamente il principio BASE di ogni PROGRESSO: ottenere il MASSIMO RISULTATO col MINIMO SFORZO.

Sempre di conseguenza, come abbiamo visto, mentre la complicatissima "terapeutica" classica, non conoscendo la causa patogena, è il tentativo disperato di arginare parzialmente e temporaneamente alcuni degli EFFETTI (patologici), la TERAPEUTICA MODERNA elimina gradualmente l'unica CAUSA patogena, portando velocemente alla guarigione TOTALE e DEFINITIVA:

molto semplicemente (sempre in base ai criteri definizionali dell'eziopatogenetica moderna), se la TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA è PATO-PRIMARIA (inferiore o superiore) la prescrizione medica è la

1) TERAPIA MODERNA PRIMARIA (=MDA-3 e F1 con sequenza mensile); se la TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA è PATO-SECONDARIA (infiammatoria, neoplastica o infettiva) la prescrizione medica è la

2) TERAPIA MODERNA SECONDARIA (=MDA-3 e F1 con sequenza settimanale). [(In ambito terapeutico mai vanno eseguite le fasi intermedie mai citate); la fase MDA-3 ha già una PICCOLA potenza terapeutica, ma l'innesco QUASI TOTALE almeno dei naturali meccanismi di AUTORIPARAZIONE PROTO-LIPO-GLICO-GENETICA avviene solo dalla OTTIMA POTENZA TERAPEUTICA della fase F1, raggiunta con la suddetta gradualità (mensile in primaria e settimanale in secondaria;in terapia secondaria, essendo la tossicosi aspecifica più grave, occore usare la sequenza fasica settimanale per rendere più veloce la disintossicazione aspecifica (tranne la F1 che va sempre tenuta un mese), che tuttavia mai va accelerata ulteriolmente per evitare le predette forme di intossicazione indiretta (tutte le fasi sono applicate con tutti i dettagli descritti nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna e nel presente capitolo)];

   [normalmente la fase F1mensile è sufficiente per la GUARIGIONE almeno quasi totale e definitiva di una pato-primaria o di una pato-secondaria; nel caso raro che queste due fasi (MDA-3 e F1) di disintossicazione aspecifica non dovessero bastare ai fini della guarigione almeno quasi TOTALE, vuol dire che la tossicosi aspecifica era decisamente più profonda e allora occorre avviare la terapeuticamente PIU' POTENTE fase F2 (mensile in primaria, settimanale in secondaria), se necessario, poi la terapeuticamente MOLTO PIU' POTENTE fase F3 (mensile in primaria, settimanale in secondaria), e infine, se necessario, la terapeuticamente ENORMEMENTE PIU' POTENTE fase M1 (sempre mensile); in ambito terapeutico non serve procedere fasicamente oltre, quindi, se necessario, mantenere solo la fase M1 fino alla guarigione più TOTALE e DEFINITIVA];

   [normalmente il paziente proviene da una tossicosi aspecifica cronico-cumulativa alta (cioè onnarismo, vegetarismo, veganismo, vegan-crudismo, tutti non mda), e in tutti questi casi, compreso il vegan-crudismo non mda, occorre sempre iniziare la terapia moderna (primaria o secondaria) dalla fase MDA-3; solo in caso di paziente proveniente da una tossicosi aspecifica cronico cumulativa media o bassa (cioè fruttarismo non

sostenibile o melarismo non salutare, o analoghi), occorre iniziare la terapia moderna (primaria o secondaria) direttamente dalla fase F1].

[Una precisazione: per i disturbi visivi come la miopia e analoghi, avendo un'origine oltre che di tipo tossi-aspecifico cronico-cumulativo oculare, anche di tipo bio-meccanico, come lo sforzo di leggere la sera con luce artificiale, visione frequente in ambienti chiusi, ecc., per la guarigione completa occorre accompagnare la presente terapia moderna (inversione tossi-aspecifica) a tutti e tre i seguenti esercizi visivi:

- Accomotrac (che in fase di tossicosi aspecifica determina un miglioramento solo di breve durata, ma che, al contrario, accoppiato alla presente inversione tossi-aspecifica è l'esercizio più efficace in assoluto),

- esercizi col metodo dell'occhiale inverso (rispetto al proprio difetto visivo),

- metodo Bates (presuppone anche che la persona deve come prima regola abbandonare definitivamente gli occhiali o lenti a contatto per consentire all'occhio di effettuare una accomodazione visiva sempre più naturale e quindi efficace);

riguardo ad una carie dentale in corso, la presente terapia moderna (inversione tossi-aspecifica), se effettuata esattamente nei modi predetti, ed unita ad una buona pulizia dentale specialmente prima del sonno notturno, ha la capacità di bloccarne completamente l'avanzamento, e quindi di guarigione completa relativa alla causa tossi-aspecifica soprattutto di tipo acidotico secondario e primario, ma siccome (per effetto dell'azione tossi-aspecifica pregressa) è molto lunga sia la successiva cicatrizzazione della carie stessa sia la ricrescita della relativa dentina e smalto, è importante effettuare il prima possibile un'otturazione con la moderna resina composita, per evitare che l'apertura della carie possa, col tempo, anche per l'azione meccanica stessa della masticazione di cosiddetti "cibi" ancora aspecifici, comunque far avanzare il danno stesso].

Uno dei "segreti" dell'EFFICACIA (ottenimento del risultato) ed EFFICIENZA (massima velocità col minimo sforzo) della presente TERAPEUTICA MODERNA è che consente di sconfiggere gradualmente ma CONTEMPORANEAMENTE soprattutto i predetti DUE NEMICI PRINCIPALI e BIOCHIMICAMENTE TOTALMENTE DISASTROSI nel meccanismo della EZIOPATODINAMICA di ogni paziente:

- l'IPERPROTIDOSI SECONDARIA,
- l'ACIDOSI SECONDARIA e PRIMARIA,

fenomeni che agiscono MOLECOLARMENTE in misura sempre più DEVASTANTE con l'avanzamento filogenetico, in particolare sulle specie animali a ciclo H più avanzato, e quindi specialmente proprio sulla SPECIE UMANA. [Occorre sempre ricordare che, soprattutto dalla fase F1 in poi, l'acidosi primaria è meno grave dell'acidosi secondaria delle fasi pre-F1, tuttavia essendo l'organismo più disintossicato aspecificamente e quindi molto più forte, reagisce più violentemente all'acidosi, per cui l'acidosi primaria (dovuta, come predetto, specialmente a frutta acida e frutta essiccata dolce) dalla fase F1 in poi, produce danni all'organismo meno profondi ma decisamente più veloci: questo è solo uno dei motivi fondamentali per i quali, almeno dalla fase F1 compresa in avanti, ai fini salutistici e soprattutto ai fini terapeutici

E' ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE ELIMINARE IL PIU' VELOCEMENTE POSSIBILE

principalmente la frutta acida (a cominciare da arance, gli altri agrumi, kiwi e ananas) e secondariamente la frutta essiccata dolce (entrambe queste categorie di frutta, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, oltre ad essere ESTREMAMENTE ACIDIFICANTI, hanno una biochimica ALTAMENTE DISEQUILIBRATA E TOSSICA per la nostra specie, portando, soprattutto dalla fase F1 in poi, A DANNI ORGANICI ED INORGANICI DEVASTANTI per l'organismo umano)].
[In caso di qualsiasi dubbio o controllo sull'andamento della TERAPIA MODERNA, dalla fase MDA-3 alla fase F1 in poi, verificare tutta l'impostazione settimanale, ma specialmente i due parametri essenziali:

1) eliminazione di ogni causa di IPERPROTIDOSI (principalmente secondaria);

2) eliminazione di ogni causa di ACIDOSI (secondaria e primaria);

per entrambi i parametri, basta verificare che siano seguite ALLA LETTERA TUTTE le indicazioni riportate negli schemi giornalieri MDA-3 e da F1 in poi; inoltre, se necessario, per verificare l'eliminazione totale dell'ACIDOSI, sia secondaria che primaria, è sufficiente far misurare al paziente stesso (che deve rendersi conto di persona per poterne comprendere la gravità, tramite una cartina misuratrice di pH |costa pochi spiccioli, anche in farmacia) il pH della propria urina, che, in tutte le 24 ore al giorno, e soprattutto quello della prima urina mattutina, deve essere sempre uguale o di poco superiore a pH

7,4; se fosse inferiore occorre urgentemente apportare delle modifiche alla sua impostazione trofica giornaliera fino al riassetto totale dei sudetti valori di pH].

Il medico deve sempre ricordare che ovviamente al paziente interessa poco il nome della sua patologia, ma la cessione veloce della sua sofferenza; anche sotto questo profilo, un altro vantaggio della TERAPEUTICA MODERNA è che consente di guarire stati patologici di cui nemmeno si conosce il nome, ma consente di guarire addirittura patologie in corso di cui nemmeno si sopetta l'esistenza stessa.

Inoltre, la presente TERAPEUTICA MODERNA offre un'INFINITA' di ULTERIORI VANTAGGI per TUTTI, dal paziente, al medico, al professore universitario di medicina, fino all'industria farmaceutica (come vedremo, per i prodotti carpotecnici), allo Stato, al sistema bancario, ecc.; ad esempio:

- durante la terapia stessa, l'alimentazione sarà anche molto più gustosa di quella precedente; in questo testo sono consigliati e descritti proprio i più gustosi piatti e sostituzioni esistenti, compreso un ricettario fruttariano enorme, capace, anche con le sue eventuali varianti e sovrainvenzioni possibili, di sostituire gradualmente e assolutamente tutte le tipologie di "pietanze" aspecifiche oggi conosciute;

- nel prossimo futuro saranno disponibili anche da parte delle industrie farmaceutiche pure i prodotti carpotecnici (spiegati più avanti e nell'ultimo capitolo) che costituiranno un valido ausilio sia nel perfezionamento alimentare che nella terapeutica stessa;

- il medico, per ottenere risultati terapeutici più semplicemente e velocemente (specialmente per far diminuire le voglie tossi-aspecifiche indotte), dovrà consigliare al paziente di coinvolgere almeno parzialmente gli eventuali conviventi, amici e colleghi al suo percorso alimentare, che, determinando benefici oltre che di gusto, anche di salute anche a loro, saranno portati a chiedere consulenze private personalizzate allo stesso medico per tutti i loro futuri problemi terapeutici;

- il paziente avrà enormemente più stima e fiducia nel medico, finalmente capace di risolvere ogni volta tutti i suoi problemi salutistici;

- ogni medico esperto di terapeutica moderna aumenterà di moltissimo anche il numero stesso di pazienti che hanno bisogno di lui, pure per le innumerevoli consulenze private stesse che possono richiedersi durante sia la transizione che terapia di ogni paziente;

- il professore universitario di medicina oltre a raggiungere finalmente una efficacia infinitamente superiore nell'insegnamento e risultati sociali conseguenti, avrà un compito decisamente più semplice, ma quasi altrettanto dettagliato nello spiegare tutta la presente medicina moderna, comprese tutte le parti di questo testo propedeutiche ad essa;
- l'intero settore industriale farmaceutico mondiale aumenterà enormemente i profitti economici con la produzione degli avanzatissimi "farmaci" carpotecnici di cui parleremo più avanti, in quanto proprio la presente medicina moderna (anche abbassando enormemente i costi di produzione e immettendo prodotti trofici usufruibili pure dalle persone in salute) gli offre anche la possibilità di estendere il bacino di mercato esattamente a tutto il pianeta, pure a tutte le parti oggi inraggiunte;

- l'aumento di profitto anche del settore farmaceutico, oltre ad alimentare economicamente ulteriolmente i capitali bancari mondiali, aumenta pure l'introito fiscale relativo al settore farmaceutico stesso in ogni stato del pianeta e, allo stesso tempo, sgravando ogni stato medesimo di una spesa sanitaria ancora attualmente enorme, raggiungendo un sistema sanitario nazionale finalmente efficace ed efficiente;

- il famismo scomparirà in breve tempo anche con la soluzione specifica proposta più avanti, ma addirittura, pure con l'applicazione da parte dei medici della presente terapeutica moderna, anche nel sud del pianeta si raggiungerà un grado di salute superiore di molto a quello attuale nei paesi del nord del pianeta stesso, giungendo finalmente ad una società mondiale almeno sostenibile;

- ecc.

Questa è la SOCIETA' del FUTURO, questo si chiama PROGRESSO.

Dalla primitivissima "terapia" sintomatica farmaco-chirurgica alla modernissima TERAPIA EZIOLOGICA SPECIE-SPECIFICA In altri termini, attualmente ci troviamo in una SITUAZIONE SANITARIA TALMENTE PARADOSSALE che persino nel TERZO MILLENNIO ANCORA dobbiamo fare il PASSO MINIMO della medicina, cioè il passaggio dalla primitivissima "terapia" effettuale [la "terapia" classica (farmaco-chirurgica)] (cioè che tenta solo di "diminuire" l'EFFETTO patologico, procedura disperata ASSOLUTAMENTE TIPICA di tutte le usanze PIU' PRIMITIVE IN ASSOLUTO dell'antichità più remota, dai "rimedi" della stregoneria, fino all'uso medioevale delle piante officinali) verso finalmente la progreditissima TERAPIA CAUSALE [la terapia moderna (specie-specifica)] (cioè che toglie direttamente e completamente la CAUSA patogena).

A rigore scientifico, la tecnica farmaco-chirurgica mai è una "terapia" (in quanto il termine "terapia" deriva da "therapeyo" che è legato al concetto di "curare", nel senso quindi di eliminare la CAUSA di un problema), ma SOLO ed ESCLUSIVAMENTE un PALLIATIVO (cioè qualcosa che cerca di mitigare SOLO gli EFFETTI del problema, lasciando la causa perfettamente intatta; esso deriva da "palliare" nel senso di "mascherare", cioè "coprire" la manifestazione esterna, lasciando la causa interna perfettamente intatta).

Infatti, il PALLIATIVO farmaco-chirurgico [si ricorda, inoltre, che il termine stesso "farmaco" deriva da "farmakon" che significa esattamente "VELENO", cosa che è anche assolutamente OPPOSTA al principio stesso della minima energia, visto che l'unica cosa che può curare mai è una cosa "contro", ma proprio DEL TUTTO AL CONTRARIO, una cosa che FAVORISCE PERFETTAMENTE (quindi SPECIE-SPECIFICA) l'organismo nella eliminazione della causa], ignorando DICHIARATAMENTE l'eziologia di almeno quasi TUTTE le patologie, consiste nel tentativo disperato di far cessare SOLO il QUADRO SINTOMATOLOGICO;

ad esempio, se la pressione sanguigna è troppo alta, si fa esattamente la cosa PIU' PRIMITIVA IN ASSOLUTO che si possa fare: si da il "farmaco" che abbassa la pressione, senza assolutamente togliere la CAUSA (cioè la tossicosi aspecifica cronico-cumulativa dell'intero apparato cardio-ematico-vascolare);

di conseguenza, se si toglie il farmaco si RIALZA immediatamente la pressione, ma evitando di togliere minimamente la CAUSA ipertensiva, la tossicosi aspecifica cronico-cumulativa cardio-ematico-vascolare (cioè la vera malattia del paziente) PEGGIORA gradualmente OGNI GIORNO in maniera TALMENTE DEVASTANTE, da portare il paziente fino ADDIRITTURA alla MASSIMA probabilità di MORTE per INFARTO, ICTUS, ISCHEMIA o altri EFFETTI analoghi o paralleli; inoltre, il PALLIATIVO chirurgico (anch'esso definito ancora del tutto erroneamente "terapia"), attua esattamente la stessa DEVASTANTE sequenza, e addirittura giunge fino alla ANCORA PIU' GRAVE VERA E PROPRIA AMPUTAZIONE DI ORGANI ASSOLUTAMENTE PERFETTI che hanno solo la "colpa" di essere intossicati aspecificamente;

ad esempio, se si "infiamma" l'appendice intestinale, oppure se si "infiammano" le tonsille, (si ricorda che la cosiddetta "infiammazione", come abbiamo visto in eziopatogenetica moderna, è SOLO una TOSSICOSI ASPECIFICA cronico-cumulativa pato-secondaria citoplasmatica, più esattamente un processo reattivo istologico all'INCREMENTO TOSSI-ASPECIFICO)

invece di innescare tranquillamente una BANALISSIMA DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, cioè una tranquillissima INVERSIONE DEL PROCESSO TOSSICOTICO ASPECIFICO tramite la procedura terapeutica specie-specifica predetta, che ottiene SEMPRE la prognosi PERFETTAMENTE AUTOMATICA, e addirittura quasi IMMEDIATA proprio della DISINFIAMMAZIONE PIU' TOTALE anche dei predetti organi, ancora una volta si fa esattamente la cosa PIU' PRIMITIVA IN ASSOLUTO che si possa fare:

SI AMPUTA LETTERALMENTE L'INTERO ORGANO (si ricorda che tecnicamente è UNA VERA E PROPRIA AMPUTAZIONE), privando il paziente PER SEMPRE di un ORGANO che ha SEMPRE INNUMEREVOLI E PREZIOSISSIME FUNZIONI (oppure, per altre cosiddette "patologie", cioè sempre semplicissime tossicosi aspecifiche cronico-cumulative, si MODIFICA artificialmente una parte di organo, cosa che, come vedremo meglio più avanti,è TOTALMENTE DANNOSA PER L'ORGANO STESSO MA ADDIRITTURA PER L'INTERO ORGANISMO).

Questa pratica assolutamente PREISTORICA è ovviamente ormai DEL TUTTO SUPERATA;

per far capire la GRAVITA' MASSIMA e la PIU' TOTALE ASSURDITA' di questa tipologia di cosiddetta "terapia" sintomatica (farmaco-chirurgica), cioè che cerca disperatamente di togliere SOLO il sintomo (cioè l'EFFETTO), lasciando la devastante CAUSA PERFETTAMENTE INTATTA, occorre fare un esempio molto semplice: è esattamente come se in una automobile in cui si accende la spia che indica mancanza d'olio, (con la cosiddetta "terapia" farmaco-chirurgica) invece di semplicemente aggiungere l'olio (eliminazione della CAUSA),

SI AGISSE DISPERATAMENTE PER STACCARE IL FILO CHE FA ACCENDERE LA SPIA (eliminazione SOLO dell'EFFETTO, che negli esempi fatti erano l'ipertensione e l'infiammazione); il conducente ignora la SPIA ACCESA e quindi EVITA DI INTRODURRE L'OLIO (specifico) (cioè il paziente mai più"vede" il sintomo e quindi i EVITA DI INTRODURRE nel suo organismo la graduale ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA), portando, di conseguenza, IL

MOTORE A FONDERE (cioè la TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA PEGGIORA ENORMEMENTE FINO ALLA DETERMINAZIONE DI ALTRI EFFETTI, che ancora una volta saranno chiamati DEL TUTTO ERRONEAMENTE "malattia", con probabilità SEMPRE PIU' MORTALE).

Per poter comprendere la NATURA EZIOPATOGENETICA DEL SISTEMA MATERIALE "ALIMENTARE" ASPECIFICO, proprio esattamente ai fini dell'EFFICACIA della sua professione, il PRIMISSIMO compito concettuale del medico MODERNO, è precisamente quello di capire SCIENTIFICAMENTE almeno

1 DATI TECNICO-SCIENTIFICI DI BASE:

1) LA PERFETTA EQUIVALENZA TRA CIBO E CORPO: siccome, come predetto, mOGNI ATOMO DEL NOSTRO ORGANISMO PROVIENE DAL CIBO, quindi, addirittura a livello di biofisica atomica, IL NOSTRO CORPO E' ESATTAMENTE IL CIBO CHE ABBIAMO INGERITO;

in altri termini, sempre proprio a livello tecnico-scientifico-atomico, SIAMO ESATTAMENTE CIBO CHE CAMMINA. Questo è proprio il motivo SCIENTIFICO di base per cui
CURARE UN UOMO SIGNIFICA PRECISAMENTE CURARE IL CIBO CHE INGERISCE.

L'UNICO VERO "FARMACO" E' PROPRIO ESATTAMENTE L'ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA (compresa la gradualità di riavanzamento ad essa).

Questi DATI TECNICO-SCIENTIFICI sono TOTALMENTE BASILARI per la professione medica, ma addirittura costituiscono la PIATTAFORMA SCIENTIFICA DI BASE, sul quale il medico deve aggiungere tutti i predetti dettagli della TERAPEUTICA MODERNA.

2) MACCHINA ARTIFICIALE (=NON VIVENTE) E ORGANISMO NATURALE (=VIVENTE) SONO SISTEMI MATERIALI TOTALMENTE OPPOSTI: riparare una macchina artificiale, essendo NON VIVENTE, significa che un sistema materiale ESTERNO, l'uomo, aggiusta o cambia un suo pezzo (ad esempio, il lavoro del MECCANICO automobilistico).

Ma riparare l'organismo umano, essendo VIVENTE, non è compito (diretto) di un sistema materiale esterno detto "medico": infatti, DEL TUTTO CONTRARIAMENTE ad una automobile, l'ORGANISMO UMANO è VIVO, e di conseguenza, sempre DEL TUTTO CONTRARIAMENTE ad una automobile, SA GIA' PERFETTAMENTE AUTORIPARARSI DA SOLO, esattamente così come, nel caso di una FERITA cutanea, essa si CICATRIZZA DA SOLA, MA SOLO ed ESCLUSIVAMENTE DA SOLA, AUTORICOSTRUENDO TOTALMENTE LA ZONA CUTANEA DANNEGGIATA (con esito perfetto solo in equilibrio biochimico specie-specifico determinato dall'alimentazione specie-specifica).

Inoltre, ormai, tramite la BIOLOGIA MOLECOLARE MODERNA, conosciamo anche i meccanismi fondamentali di AUTORIPARAZIONE MICROSCOPICA INTERNA all'organismo, che si attivano con una POTENZA TERAPEUTICA INFINITAMENTE SUPERIORE SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in condizioni di EQUILIBRIO BIOCHIMICO SPECIE-SPECIFICO (cioè UNICAMENTE per mezzo dell' ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA) tramite letteralmente MOLECOLE RIPARATRICI, con sorprendenti SOFISTICATISSIMI E PRECISISSIMI MECCANISMI MOLECOLARI RIPARATORI, cioè

- AUTORIPARAZIONE GENETICA,
- AUTORIPARAZIONE PROTIDICA,
- AUTORIPARAZIONE LIPIDICA,
- AUTORIPARAZIONE GLICO-STRUTTURALE,
- ECC.

Questi MECCANISMI MOLECOLARI AUTORIPARATORI (sempre nel suddetto equilibrio biochimico specie-specifico) sono assolutamente PERFETTI, anche in quanto si sono evoluti in addirittura MILIARDI DI ANNI

[e, sempre in condizioni di equilibrio biochimico specie-specifico, cioè tramite alimentazione specie-specifica, determinano una famosa INTELLIGENZA SOMATICA, nota anche in antichità come VIS MEDICATRIX NATURAE (cioè la FORZA CURATRICE DELLA NATURA), che raggiungono livelli tecnicamente compatibili con la parola PERFEZIONE], e fanno di OGNUNA dei MILIARDI di CELLULE dell'organismo umano (nel suddetto equilibrio biochimico specie-specifico)

un PERFETTO LABORATORIO BIOCHIMICO, INFINITAMENTE PIU' EVOLUTO ED EFFICIENTE DI UN INTERA INDUSTRIA BIOCHIMICA MODERNA, a tal punto che questi MECCANISMI MOLECOLARI AUTO-RIPARATORI SPECIE-

SPECIFICI costituiscono esattamente proprio PERSINO LA PIU' SOFISTICATA ed EVOLUTISSIMA FARMACODINAMICA MOLECOLARE e MICRO-CHIRURGIA MOLECOLARE POSSIBILE AL MONDO: di conseguenza, a rigore scientifico, GLI UNICI "FARMACI" PERFETTI E L'UNICO "CHIRURGO" PERFETTO SONO COSTITUITI DALLA NATURA SPECIE-SPECIFICA (cioè ESCLUSIVAMENTE CON L'ORGANISMO IN EQUILIBRIO BIOCHIMICO SPECIE-SPECIFICO) E QUINDI ATTIVABILI SOLO ED ESCLUSIVAMENTE TRAMITE L'ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA.

Dunque, il compito del medico MAI è assolutamente quello di "riparare" (tramite "farmaci" o "chirurgia") (proprio perchè SIAMO DIFFERENTI DALLE MACCHINE ARTIFICIALI) ma SOLO ed ESCLUSIVAMENTE quello di INNESCARE QUESTI INFINITI E CONTEMPORANEI PERFETTI MECCANISMI MOLECOLARI SPECIE-SPECIFICI di AUTORIPARAZIONE PROTO-LIPO-GLICO-GENETICA, tramite esattamente l'UNICA procedura al mondo in grado di farlo: la predetta TERAPEUTICA MODERNA, che utilizza TUTTI i "segreti" del PROCESSO DI INVERSIONE TOSSICOTICA ASPECIFICA, UNITI anche a TUTTI i "segreti" della STRUTTURA TROFICO-TEMPORALE CIRCADIANA ANTROPICA, SULLA QUALE sono state scientificamente impostate TUTTE le fasi terapeutiche di riavanzamento trofico verso proprio l'ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA della SPECIE UMANA, dalla fase MDA-3 fino alla POTENTISSIMA fase F1 (e, se necessario, fino alla INFINITAMENTE POTENTE fase M1).

MESSAGGIO delle centinaia di SCIENZIATI predetti ai colleghi PROFESSORI UNIVESITARI di MEDICINA e PRIMARI OSPEDALIERI fino ai MEDICI in generale, di tutto il mondo: L'UNICA VERA PROVA SCIENTIFICA SPERIMENTALE AL MASSIMO LIVELLO MONDIALE COMINCIA DALLA VERIFICA SPERIMENTALE SUL PROPRIO ORGANISMO UMANO Il medico è uno scienziato, e come tale deve credere solo ed esclusivamente alla VERIFICA SPERIMENTALE di un fenomeno, come quello patologico e soprattutto TERAPEUTICO.

Infatti, come predetto, L'UNICA VERA SCIENZA E' QUELLA CHE FUNZIONA (proprio a livello sperimentale), cioè che risolve la CAUSA del problema, in maniera TOTALE e DEFINITIVA, mentre ancora oggi quasi TUTTE le patologie al mondo portano ancora la PRIMITIVISSIMA etichetta "eziologia sconosciuta", a cui, di conseguenza, sono associati solo rimedi disperati "farmaco-chirurgici", più esattamente palliativi, che mirano all'unica cosa "conosciuta", cioè l'EFFETTO, e che, dunque, NULLA hanno A CHE FARE col concetto di TERAPIA, che, del tutto al contrario, mira SOLO ed ESCLUSIVAMENTE alla CAUSA.

Abbiamo detto che l'unica VERA scienza è quella che FUNZIONA, ma mai a livello sperimentale in vitro (che e' senza valore decisivo) e nemmeno in vivo ma su specie animali non umane (che, anch'esso, senza valore decisivo), ma, del tutto al contrario, la VERA scienza, in questo caso medica, è quella che FUNZIONA a livello SPERIMENTALE IN VIVO E SULLA SPECIE UMANA.

Di conseguenza, niente e' più di PIU' CONVINCENTE SULL'INTERO PIANETA per il TUO PERSONALE CERVELLO, di un piccolissimo, semplicissimo, velocissimo, ESPERIMENTO SU TE STESSO:

PROVA ad effettuare la predetta TERAPIA SPECIE-SPECIFICA su TE STESSO, e, in breve tempo (mediamente solo alcune settimane), scoprirai che, se avevi una patologia, dalla PIU' GRAVE IN ASSOLUTO AL MONDO fino al più piccolo disturbo, essa gradualmente si affievolirà fino a SCOMPARIRE del TUTTO, mentre se eri assente da alcuna patologia apparente, scoprirai come gradualmente TI SENTIRAI SEMPRE MEGLIO, e, alla fine, TALMENTE MEGLIO che proverai,

proprio PER LA PRIMA VOLTA NELLA TUA INTERA VITA, la STUPENDA SENSAZIONE PROFONDA di SALUTE ASSOLUTAMENTE PERFETTA, e ADDIRITTURA di PROFONDA e GRANDE ALLEGRIA e FELICITA' (con scomparsa di qualsiasi forma di tristezza) dovuta semplicemente alla DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA anche del SISTEMA NERVOSO CENTRALE, che raggiunge finalmente la situazione biofisica di minima energia strutturale che definiamo FELICITA'.

Per esperienza ormai ultradecennale con i nostri colleghi professori universitari di medicina o primari ospedalieri, anche ai massimi livelli mondiali, noi potevamo fornire anche migliaia, anzi MILIONI di ulteriori dati scientifici che comprovano la GUARIGIONE TOTALE, clinicamente ultra-accertata, con TUTTE le verifiche sperimentali, sia dirette che indirette, sia strumentali che sintomatologiche, addirittura con esperimenti in vivo e sulla specie umana, ecc., ecc., ecc., ma il tuo cervello avrebbe avuto ancora SEMPRE qualche dubbio, semplicemente perchè scienza (da "scientia") significa "conoscenza", e il cervello "conosce" VERAMENTE SOLO ed ESCLUSIVAMENTE se VIVE direttamente il fenomeno studiato.

Infatti, quando i nostri colleghi professori universitari di medicina e primari ospedalieri (parliamo anche proprio dei più scettici in assoluto, a tal punto che alcuni hanno sperimentato pure su se stessi la predetta TERAPIA SPECIE-SPECIFICA persino per dimostrare il contrario, anche perchè per loro era "troppo bello" per essere vero, ignorando ancora LA BASE DELLA SCIENZA,cioè il principio biofisico della MINIMA energia, che porta SEMPRE ad una verità SEMPLICE, e che fa sì che il PROGRESSO tende SEMPRE verso la SEMPLICITA' e FELICITA', altrimenti come può essere vero progresso) sono GUARITI TOTALMENTE da patologie anche GRAVI e GRAVISSIME

(che nemmeno riuscivano a debellare in ALCUN modo, persino dopo molti decenni di SOFFERENZA, di terapie FARMACOLOGICHE o CHIRURGICHE DI QUALSIASI TIPO) tramite SOLO ed ESCLUSIVAMENTE poche settimane

della predetta TERAPIA SPECIE-SPECIFICA, con TUTTA la sintomatologia COMPLETAMENTE SPARITA, con TUTTA la sofferenza COMPLETAMENTE SPARITA, e rientro di TUTTI i valori analitico-strumentali NELLA NORMA ASSOLUTAMENTE PERFETTA,

SOLO ed ESCLUSIVAMENTE da quell'ESATTO momento di GUARIGIONE ASSOLUTAMENTE PERFETTA anche su LORO stessi, e sorprendentemente anche di TUTTE le stupende sensazioni ULTERIORI di SALUTE PERFETTA anche su LORO stessi, il LORO cervello ERA SGOMBRO DA QUALSIASI IL MINIMO DUBBIO: la predetto TERAPIA SPECIE-SPECIFICA E' L'UNICA CHE FUNZIONA (nel VERO senso della parola, cioè che agisce direttamente sulla CAUSA). (Ma da veri scienziati, visto che la VERIFICA SPERIMENTALE SCIENTIFICA per essere COMPLETA deve avere le DUE caratteristiche di base di OSSERVABILITA' e RIPRODUCIBILITA' del fenomeno, hanno preteso ed ottenuto anche la CONTROPROVA SCIENTIFICA: tramite una reintossicazione aspecifica cronico-cumulativa tutti i sintomi e valori strumentali patologici gradualmente hanno RIPRESO a manifestarsi, e tramite una nuova inversione del processo tossi-aspecifico tutti i sintomi e valori strumentali patologici SONO DI NUOVO SCOMPARSI TOTALMENTE, anche ripetendo questa procedura scientifica INNUMEREVOLI VOLTE).

Ecco anche perchè il REGALO più grande che possiamo farti è proprio quello di EVITARE DI darti MILIONI di numeri che, in questa fase mondiale INIZIALE, SERVONO A NULLA PER IL TUO CERVELLO (e quindi per il cervello dei tuoi studenti di medicina stessi); IL REGALO PIU' GRANDE IN ASSOLUTO che possiamo farti, in questa prima fase, (e che tu potrai rifare a tua volta a tutti) è proprio quello di "costringerti" amichevolmente A SCOPRIRE LA VERITA' TERAPEUTICA esattamente nella maniera PIU' SCIENTIFICA IN ASSOLUTO CHE ESISTE AL MONDO, con TUTTI e tre i parametri fondamentali della VERIFICA SPERIMENTALE medica:

1) IN VIVO (e MAI vitro),
2) SULLA SPECIE UMANA (e mai sui topi o altro),
3) SUL PROPRIO ORGANISMO UMANO (e MAI quello di ALTRI umani; ciò in modo tale da avere la "descrizione" della variazione sintomatologica da un paziente, ma di VIVERLA direttamente in PRIMA persona, l'UNICO MODO IN ASSOLUTO AL MONDO per CONOSCERE ("scientia") esattamente tutta la VARIAZIONE SINTOMATOLOGICA dettagliata, persino 24 ore su 24, giorno e notte; quindi, proprio questo TERZO parametro chiude l'UNICA PROCEDURA SCIENTIFICA AL MONDO che ti consente di parlare della TERAPEUTICA SPECIE-SPECIFICA con COGNIZIONE DI CAUSA).

Poi, solo dopo questa prima fase iniziale soprattutto PERSONALE, ogni professore univeritario di medicina, ogni primario ospedaliero e ogni medico in generale, può accumulare UNA BANCA DATI PROFESSIONALE (sempre in VIVO e sulla SPECIE UMANA) soprattutto di GUARIGIONI considerate oggi "IMPOSSIBILI" che, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE grazie alla predetta VERIFICA SPERIMENTALE anche sul PROPRIO organismo umano, può SPIEGARE ai suoi studenti di medicina e PUBBLICARE in tutto il MONDO almeno con la sufficiente COGNIZIONE DI CAUSA; solo dopo questa seconda fase, TUTTI I professori universitari di medicina, primari ospedalieri e medici in generale DELL'INTERO PIANETA, unendo le loro banche dati professionali personali possono giungere anche a PROTOCOLLI STATISTICI SU SCALA INTERNAZIONALE e MONDIALE DEFINITIVI.

Solo questa PROCEDURA OLOSCIENTIFICA (risultati di GUARIGIONE TOTALE E DEFINITIVA, esclusivamente IN VIVO e direttamente sulla SPECIE UMANA) si chiama VERA SCIENZA; solo questo RISULTATO si chiama VERO PROGRESSO SCIENTIFICO-MEDICO.

Cosiddetto "cibo" aspecifico ed effetto DROGA

Come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, il cosiddetto "cibo" aspecifico (cioè inadatto ad una specie animale) è TOSSICO, e crea proprio la più profonda DIPENDENZA, crea, cioè, la più profonda TOSSICO-DIPENDENZA: dunque, a rigore scientifico, il cosiddetto "cibo" aspecifico è ESATTAMENTE la DROGA PIU' PROFONDA IN ASSOLUTO (il termine "DROGA" deriva da "droog" che significa esattamente "secco", e "droug" cioè "cosa tossica", che sono proprio le CARATTERISTICHE FONDAMENTALI del cosiddetto "cibo" aspecifico, che mediamente contiene una percentuale d'acqua MOLTO INFERIORE al nostro cibo specie-specifico, e, soprattutto, che è ad ALTISSIMA TOSSICITA' INCREMENTALE; inoltre, come già accennato, la MASSIMA PROFONDITA' del DANNO FISIOLOGICO provocato dalla DROGA "cibo" aspecifico, è dovuta anche al fatto che mentre tutte le altre droghe determinano solo alterazioni fondamentalmente temporanee e che rimangono soprattutto a livello ematico-neurotrasmettitoriale,

la DROGA "cibo" aspecifico, molto più CITO-ISTO-INTERNAMENTE, PROVOCA DANNI FISIOLOGICI e STRUTTURALI a carattere TOSSICO-CRONICO-CUMULATIVO, che perdurano ed aumentano costantemente letteralmente ogni ora che passa, vista pure la somministrazione per mediamente 3 volte al giorno e per tutti i 365 giorni di ogni anno a cominciare dallo svezzamento stesso, e addirittura PROVOCA DANNI FISIOLOGICI e STRUTTURALI che giungono fino proprio alla PROFONDITA' CELLULARE MASSIMA, cioè il LIVELLO PERSINO NUCLEICO-GENETICO, tramite anche tutti i predetti MICIDIALI MECCANISMI DI USURA PROTEICA INDOTTA e di conseguente ENORME sintesi proteica INDOTTA che provocano immediatamente un'AUMENTO ESPONENZIALE degli ERRORI DI DUPLICAZIONE GENETICA, portando

velocemente alla PERDITA SEMPRE PIU' TOTALE DI FUNZIONALITA' di un numero sempre maggiore di ENZIMI e PROTEINE STRUTTURALI codificate dallo stesso DNA sempre più PROFONDAMENTE DANNEGGIATO).

Sotto il profilo medico-scientifico, il meccanismo fisiologico di base con cui la DROGA "cibo" aspecifico crea una TOSSICO-DIPENDENZA, è TOTALMENTE IDENTICO a quello innescato da TUTTE le altre DROGHE, per il semplice motivo che sono anch'esse, come il cosiddetto "cibo" aspecifico, elementi ecosistemici ASPECIFICI, cioè parti di ecosistema BIOCHIMICAMENTE INADATTE ad essere introdotte nell'organismo della SPECIE UMANA.

Infatti, come avviene per TUTTE le altre DROGHE, l'introduzione della DROGA "cibo" aspecifico crea uno SQUILIBRIO OMEOSTATICO QUALI-QUANTITATIVO relativo a MOLTISSIME tipologie di unità strutturali biochimiche, con INNUMEREVOLI E CONTEMPORANEI PICCHI MOLECOLARI TOSSICI ASPECIFICI (ad esempio, picco glicemico, protidemico, ecc.)

[si ricorda che, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla FISIOLOGIA COMPARATA, la specie umana, E' ASSOLUTAMENTE biologicamente inadatta, tra l'altro, all'ingestione di semi, come i cereali, che sono biologicamente adatti SOLO ed ESCLUSIVAMENTE ad uccelli GRANIVORI, dotati, oltre che di una intera FISIOLOGIA GRANIVORA, anche di un SISTEMA DIGERENTE GRANIVORO, con STRUTTURE ANATOMO-FISIOLOGICHE COMPLETAMENTE DIVERSE da quelle della SPECIE UMANA, come l'INGLUVIE, il PRO-VENTRIGLIO, il VENTRIGLIO, ecc., che consentono UNICAMENTE alla specie animale GRANIVORA di utilizzare le STRUTTURE MOLECOLARI FITO-EMBRIONALI dei semi per la loro salute perfetta, ma anche di contrastare sufficientemente l'azione PROFONDAMENTE DEVASTANTE delle SOSTANZE SECONDARIE dei semi stessi;

inoltre, mentre la SPECIE UMANA, a livello glucidico, come tutti i primati antropomorfi è biologicamente adatta principalmente al FRUTTOSIO, che, insieme a tutti gli altri enormi vantaggi fisiologici per la nostra specie, visti nel capitolo relativo alla SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE MODERNA, contrariamente al glucosio, NEMMENO DEVE ESSERE REGOLATO DALL'INSULINA, gli uccelli granivori, del tutto all'opposto, sono biologicamente adatti principalmente al glucosio, che nei semi è l'unico tipo di zucchero presente (con ASSENZA TOTALE di fruttosio), è presente addirittura nella forma FISIOLOGICAMENTE PIU' LONTANA DALLA NOSTRA SPECIE, cioè a formare LUNGHISSIME catene molecolari di AMIDO, che richiedono, oltre che una digestione umana a bilancio energetico-biologico TOTALMENTE NEGATIVO, tra l'altro,

un apporto INSULINICO ENORMEMENTE MAGGIORE a quello SPECIE-SPECIFICO per la SPECIE UMANA, che determina un IPER-TOSSICO FORTISSIMO SBILANCIAMENTO OMEOSTATICO SEMPRE PIU' DI TIPO PATOGENETICO a misura dell'INCREMENTO TOSSI-ASPECIFICO CRONICO-CUMULATIVO] che costringe l'organismo ad una FORTISSIMA REAZIONE COMPENSATIVA MOLECOLARE (ad esempio, fortissima reazione insulinica, antiprotidemica, ecc.), che crea un ENORME EFFETTO TOSSICO ASSOLUTAMENTE OPPOSTO (proprio alla FORTE TOSSICITA' INIZIALE, che provoca un'ulteriore esagerata FORTISSIMA ALTERAZIONE OMEOSTATICA) (ad esempio, fortissimo calo glicemico, protidemico, ecc.)

Che COSTRINGE L'ORGANISMO A RICHIEDERE URGENTISSIMAMENTE (DIPENDENZA) UNA NUOVA DOSE DELLA STESSA TOSSINA ASPECIFICA (TOSSICA); nasce cioè una DIPENDENZA-TOSSICA, detta TOSSICO-DIPENDENZA.

Di conseguenza, si innesca immediatamente ed in misura SEMPRE MAGGIORE e PROFONDA, la classica ALTALENA TOSSICO-DIPENDENZIALE dalla DROGA "cibo" aspecifico, tipica anche di TUTTE le altre DROGHE al mondo.

Questo è il motivo fisiologico di base per cui TUTTO CIO' CHE E' TOSSICO CREA UNA DIPENDENZA, quindi una TOSSICO-DIPENDENZA (inizialmente l'organismo lo RIFIUTA ENORMEMENTE, come il fumo o qualsiasi altra droga, ma successivamente, per la predetta DEVASTANTE FORTISSIMA REAZIONE MOLECOLARE INVERSA, ne diventa DIPENDENTE; stesso identico meccanismo che abbiamo visto in ISTINTOLOGIA COMPARATA, dove anche il cucciolo della SPECIE UMANA, inizialmente RIFIUTA col MASSIMO DISGUSTO TUTTI i cosiddetti "cibi" aspecifici, e, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE con la FORTISSIMA INSISTENZA esterna, ne diventa DIPENDENTE) in questo caso, LA PROFONDISSIMA TOSSICO-DIPENDENZA dalla DROGA cosiddetta "cibo" aspecifico, che, come abbiamo visto, è PRECISAMENTE proprio LA DROGA PIU' PROFONDA CHE ESISTE AL MONDO.

Dunque, a rigore scientifico, in ordine di TOSSICITA' CRESCENTE, le DROGHE sono fondamentalmente così classificate:

1) droga leggera (tabacco, marijuana, hascisc, ecc.);

2) droga pesante (cocaina, eroina, oppio, ecc.);

3) DROGA PROFONDA (cosiddetto "cibo" aspecifico).

Come abbiamo visto, nemmeno la droga più pesante riesce ad innescare i predetti PROFONDISSIMI DANNI FISIOLOGICO-STRUTTURALI anche NUCLEICO-GENETICI provocati dalla droga profonda, e nemmeno la droga più pesante riesce ad innescare la predetta PROFONDISSIMA TOSSICO-DIPENDENZA provocata dalla droga profonda (per rendersene conto basta provare ad uscire dalla FORTISSIMA TOSSICO DIPENDENZA provocata dall' IPERTOSSICO cosiddetto "cibo" COTTO, costituito da strutture molecolari TALMENTE MICROALTERATE dalla cottura da provocare ad ogni dose anche una predetta DEVASTANTE LEUCOCITOSI DIGESTIVA).

Di conseguenza, uno degli ERRORI PIU' GRANDI IN ASSOLUTO che può fare un medico, è definire "cibo" una qualsiasi predetta DROGA. Dalla PRIMITIVISSIMA tossicodipendenza dell'ASPECISMO alla MODERNA alimentazione SPECIE-SPECIFICA

Riguardo le predette tossicodipendenze, tecnicamente, rispetto al tabagismo, al cocainismo, ecc. abbiamo visto che la TOSSICODIPENDENZA PIU' PROFONDA IN ASSOLUTO è proprio esattamente l' ASPECISMO (cioè tossicodipendenza da cosiddetto "cibo" aspecifico).

L'ASPECISMO è il fenomeno PRIMITIVO post-glaciale (compresa l'era ATTUALE), come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, che ha portato PROVVISORIAMENTE, per disperazione conseguente alla distruzione del nostro ecosistema antropico distrutto per effetto delle glaciazioni, la specie umana ad usare al posto del proprio cibo specie-specifico, elementi ecosistemici aspecifici, cioè inadatti alla propria specie, tecnicamente costituenti la predetta categoria di DROGA profonda, capace di creare proprio IL PIU' PROFONDO DEI DANNI ALL'INDIVIDUO e ALL'INTERA SOCIETA'.

Il fenomeno ASPECIFICO, così come avviene proprio in tutte le altre tossicodipendenze, ha portato il predetto picco molecolare alterativo omeostatico (che porta poi al desiderio irresistibile del tossico) a procedere gradualmente verso l'aumento progressivo delle dosi, giungendo ad una dipendenza fisica e psichica dal cosiddetto "cibo" tossico sempre maggiore.

Di conseguenza, durante le migliaia di anni, la specie umana è giunta gradualmente dapprima al fenomeno di TOSSICODIPENDENZA ASPECIFICA PIU' ESTREMA IN ASSOLUTO, cioè l'ONNARISMO (come abbiamo visto erroneamente detto "onnivorismo"), e sempre più totale (anche letteralmente inventando cosiddetti "cibi" tossici mai esistiti prima), e, negli ultimi decenni, anche all'aumento estremo sia della difficoltà di reversibilità intossicatoria (tipica anche di tutte le altre droghe), sia all'aumento estremo delle dosi assunte, che della parallela dipendenza psico-fisica, che si è tradotta proprio nel fenomeno di DROGA piu' devastante, anche in termini epidemiologici, mai verificatosi nell'intera preistoria e storia della specie umana: la piaga sociale epidemica anche del sovrappeso e obesità (nel sistema cosiddetto capitalistico), con tutte le micidiali patologie correlate, da quelle cardiovascolari, fino a quelle neoplastiche ed infettive.

Il compito URGENTISSIMO del medico attuale e della medicina moderna, è, oggi più che mai, quello di FAR USCIRE LA SPECIE UMANA dalla devastante TOSSICODIPENDENZA ASPECIFICA ONNARIANA,
verso la MODERNA e normale alimentazione SPECIE-SPECIFICA.

Come predetto, in questo campo, l'ERRORE PIU' GRANDE IN ASSOLUTO che si può fare è quello di trattare questa micidiale TOSSICODIPENDENZA ONNARISTICA e analoghi minori, come un fenomeno "trofico" (cioè "alimentare"), in quanto si tratta, PROPRIO DEL TUTTO AL CONTRARIO, di tremenda TOSSICODIPENDENZA da elementi ecosistemici aspecifici che, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, ASSOLUTAMENTE NULLA hanno a che fare col fenomeno nutrizionale, ma che addirittura, come abbiamo visto, sono esattamente l'UNICA CAUSA EZIOPATOGENETICA di tutte le patologie oggi conosciute, tramite il meccanismo eziopatodinamico incrementale cronico-cumulativo.

l'ONNARISMO è purtroppo proprio LA PIU' GRAVE TOSSICODIPENDENZA IN ASSOLUTO,

sia a livello di ESTENSIONE EPIDEMIOLOGICA (quasi TUTTO il pianeta), sia a livello dei GIGANTESCHI TASSI PATOLOGICI e TASSI DI MORTALITA' [anche la di gran lunga PRIMA CAUSA DI MORTE al MONDO è proprio la TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA, sotto forma delle cosiddette "malattie tipiche del nord del pianeta", da quelle CARDIVASCOLARI fino a quelle NEOPLASTICHE, mentre parallelamente la maggioranza del sud del mondo soffre tipicamente di onnarismo minimo (erroneamente chiamato "famismo"), con effetti patologici ALTRETTANTO GRAVI in quanto pur essendo la quantità assunta minore, la CONCENTRAZIONE tossi-aspecifica è SIMILE per effetto della minore quantità carpica (frutta) cruda assunta, soprattutto quella specie-specifica].

Di conseguenza, LA TOSSICODIPENDENZA ONNARISTICA E' L'UNICA VERA GRANDE PIAGA SOCIALE, specialmente attuale.

Così come la tossicodipendenza in particolare "trofo"-alcolistica, porta il sistema nervoso umano a nemmeno poter essere in grado di guidare una automobile, così la più generale TOSSICODIPENDENZA "TROFO"-ONNARISTICA porta il sistema nervoso umano ad una PRODUZIONE NEUROTRASMETTITORIALE CATECOLAMINICA TALMENTE ACCENTUATA che determina anche una SEMPRE PIU' ACUTA SINDROME IPERCINETICA e IPERCOMPETITIVA nei confronti degli altri

individui della sua specie, con i noti estremi incrementali di VIOLENZA PSICOLOGICA e FISICA, INDIVIDUALE e COLLETTIVA, una FORTISSIMA PIAGA SOCIALE progressivamente in AUMENTO addirittura ESPONENZIALE, sia storicamente che attualmente, proprio in tutti paesi con aumento del FENOMENO ASPECIFICO ONNARISTICO, sia qualitativo che quantitativo, fino all'enorme estensione epidemiologica dei predetti ALTISSIMI TASSI PATOLOGICI e di MORTALITA', con conseguenti anche sistemi sanitari ed ospedalieri SEMPRE PIU' SULL'ORLO DEL COLLASSO.

Quindi, il medico ha il ruolo URGENTISSIMO e FONDAMENTALE, dal livello INDIVIDUALE fino al livello UNIVERSITARIO ed ISTITUZIONALE, di contribuire decisivamente all'INVERSIONE DEL micidiale PROCESSO TOSSICOTICO ASPECIFICO, verso la reinstaurazione dell'alimentazione specie-specifica, pure a base carpotecnica (il medico stesso riesce o meno nella sua personale inversione tossi-aspecifica, perchè così come anche il medico fumatore ha il dovere professionale di informare sulla patogenicità del fumo, così, ad infinita maggior ragione, il medico ha SEMPRE il DOVERE PROFESSIONALE ASSOLUTO di informare sull'UNICA vera EZIOPATOGENESI TOTALE:

la TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA; il DOVERE PROFESSIONALE di informazione e azione sussiste in maniera altrettanto URGENTISSIMA, a cominciare proprio dai PROFESSORI UNIVERSITARI di MEDICINA dell'intero pianeta) anche affrontata come una vera e propria PROCEDURA DI RECUPERO DALLA TOSSICODIPENDENZA, proprio per evitare TUTTI GLI ENORMI DANNI ORGANICI PREDETTI (l'aspecismo è un problema CLINICO, e anche SOCIALE ed ETICO-ECOLOGICO, come vedremo meglio più avanti; la predetta TERAPEUTICA MODERNA SPECIE-SPECIFICA tende anche proprio al recupero graduale totale dell'intossicato aspecifico).

Ovviamente, oltre alla terapia, è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE e URGENTISSIMA pure la PROFILASSI mondiale: è del tutto essenziale che soprattutto i giovani IMPARINO SUI BANCHI DI SCUOLA CHE COSA E' L'ASPECISMO, in tutte le sue forme e conseguenze ENORMEMENTE NEGATIVE, a cominciare da quelle PATOLOGICHE e SOCIO-ECONOMICHE, e gli adulti devono CONOSCERE ed AGIRE IMMEDIATAMENTE contro questo problema aspecifico SEMPRE PIU' EMERGENZIALE, le cui CONSEGUENZE SOCIALI, ECONOMICHE e FINANZIARIE, come analizzaremo nel capitolo relativo all'ecosistemica moderna, GRAVANO MASSIMAMENTE SU TUTTE LE NAZIONI DELL'INTERO PIANETA.

ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE anche il ruolo dei PEDIATRI, che devono aiutare fortemente a capire l'IMPORTANZA DECISIVA anche di uno SVEZZAMENTO tramite SOLO ed ESCLUSIVAMENTE l'ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO, SENZA INIZIARE MAI A FAR CADERE IL PROPRIO FIGLIO NELLA DANNOSISSIMA TOSSICODIPENDENZA ASPECIFICA, che, mentre una volta innescata porta il figlio ad un CRESCENTE GRADO TOSSICO-PATOLOGICO, con parallela sempre crescente DIFFICOLTA' all'uscita dalla tossicodipendenza aspecifica stessa,

DEL TUTTO AL CONTRARIO, se mai iniziata (esattamente così come il fumo o qualsiasi altra droga) porta il figlio a condurre una ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA PERFETTA per tutta la vita senza nemmeno accorgersene, e addirittura con sensazione di fastidio nei confronti dell'ipertossico e patologico cosiddetto "cibo" aspecifico, COMINCIANDO A LIBERARE anche LE PROSSIME GENERAZIONI finalmente dalla storicamente provvisoria e devastante SCHIAVITU' DELLA TOSSICODIPENDENZA ASPECIFICA, e con essa, da tutte le conseguenti TOTALI SCHIAVITU' ECONOMICHE e SOCIALI CHE L'ASPECISMO COMPORTA, che vedremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica moderna.

Dunque, l'INTERA SOCIETA' MONDIALE può effettuare la SVOLTA DECISIVA soprattutto proprio grazie ai nostri figli: AIUTIAMOLI TUTTI a MAI cadere nella DROGA "alimentare" aspecifica, che, come abbiamo visto, ASSOLUTAMENTE NULLA ha a che fare col processo della nutrizione, ma addirittura portando a PATOLOGIE e SOFFERENZA SOTTO OGNI PROFILO PER TUTTO IL RESTO DELLA LORO VITA.

Il fatto che gli adulti attuali intossicati aspecificamente hanno ovviamente più difficoltà ad uscirne (proprio per il maggiore numero di anni di tossicodipendenza), significa ad enorme maggior ragione che è TOTALMENTE DOVEROSO da parte loro mai fare entrare le nuove generazioni nella DANNOSISSIMA TOSSICODIPENDENZA ASPECIFICA.

Solo così, passando tecnicamente finalmente DA UN PIANETA PRIMITIVO DI TOSSICODIPENDENTI AD UN PIANETA NORMALE, dove ANCHE LA SPECIE UMANA SI NUTRE COL CIBO ADATTO ALLA SUA SPECIE, determinando un sistema di produzione alimentare mondiale mai più TOTALMENTE DEVASTANTE come quello presunto attuale, che, come analizzeremo, costituisce esattamente l'ASSE PORTANTE CENTRALE proprio di tutte e tre le postdette crisi mondiali, la CRISI ALIMENTARE MONDIALE (compreso la CRISI SANITARIA MONDIALE), la crisi URBANISTICA mondiale, e la crisi ENERGETICA mondiale, questo intero pianeta stesso ha almeno una speranza di poter uscire dalla sempre più DISTRUTTIVA INSOSTENIBILITA' dell'attuale modello di "sviluppo", fino ad una SOCIETA' prima SOSTENIBILE e poi NATURALE, sempre come vedremo nei dettagli nel capitolo inerente l'ecosistemica moderna.

Dalla primitivissima "farmacologia" alla MODERNISSIMA CARPOTECNIA;

la CARPOTECNIA costituirà in breve tempo esattamente il PRIMO MERCATO MONDIALE con PROFITTI ECONOMICI COLOSSALI ed IMMEDIATI Tramite solo la TERAPEUTICA MODERNA anche il settore industriale farmaceutico può

aumentare il PROFITTO ECONOMICO in maniera VELOCISSIMA e SEMPLICISSIMA: basta convertire subito anche una piccola parte della sua produzione nella CARPOTECNIA (da "carpos"= frutto e "techne"= tecnica), che è la MODERNISSIMA tecnica (di cui parleremo meglio nel capitolo relativo all'ecosistemica, riguardo la proposta di direttiva ONU) facilissima di riprodurre ogni "cibo" aspecifico (dalla carne, al formaggio, al latte, alla pizza, al pane, alla pasta, patate, ecc.) solo ed esclusivamente per mezzo di una lavorazione particolare della FRUTTA (almeno biologica), che costituisce il 100% della composizione finale del prodotto carpotecnico stesso, ottenendo un risultato anche ORGANOLETTICO (cioè relativo al GUSTO) ENORMEMENTE SUPERIORE all'analogo aspecifico (inizialmente è sufficiente usare le ricette del predetto ricettario fruttariano e melariano, in seguito gli stessi tecnici della lavorazione carpotecnica possono trovare ulteriori perfezionamenti ai fini del gusto e addirittura del superamento organolettico TOTALE di ogni prodotto carpotecnico rispetto al suo analogo aspecifico).

La produzione CARPOTECNICA da immediatamente all'industria farmaceutica INFINITI vantaggi, ognuno dei quali POTENZIA persino VERTICALMENTE il PROFITTO ECONOMICO:

- abbattere drasticamente tutti i costi di produzione, dalla materia prima fino alla lavorazione finale;
- azzerare subito tutti i costi di sperimentazione, da quella in vitro fino a quella in vivo, da quella animale anantropica fino a quella umana;
- azzeramento immediato di tutti gli alti costi e rischi dovuti a risarcimenti collettivi per effetto anche di danni iatrogeni provocati dai farmaci stessi;
- possibilità di incentivi fiscali statali per l'impatto enormemente positivo di questa produzione sul sistema sanitario nazionale fino persino sull'intera società, a cominciare dal suo enorme indotto e conseguenze risolutive in ogni settore;
- allargamento colossale del bacino di mercato, che attualmente è costituito solo dalla parte di popolazione malata, ma che con i prodotti carpotecnici si allarga addirittura a TUTTA la popolazione mondiale, anche quella sana per effetto dell'azione preventiva dei prodotti carpotecnici stessi;
- aumento enormemente positivo dell'immagine aziendale in tutto il mondo, oggi sempre più legata proprio al profitto economico, visto che finalmente non solo i PRODOTTI CARPOTECNICI senza alcun effetto collaterale, ma addirittura guariscono e prevengono perfettamente ogni forma di malattia, a patto che siano usati in maniera ESCLUSIVA (oltre ovviamente la frutta fresca);

-ecc.

I PROVERBI si formano in anche MIGLIAIA DI ANNI DI ESPERIENZA POPOLARE DIRETTA; in tutto il mondo, proprio nel rapporto tra ALIMENTAZIONE E SALUTE, essi CONVERGONO ASSOLUTAMENTE TUTTI, NESSUNO ESCLUSO, SU DI UN UNICO ED ESCLUSIVO ALIMENTO nell'intero pianeta: LA MELA

In tutto il mondo, LA MASSIMA FORMIDABILE POTENZA NON SOLO SALUTISTICA MA PERSINO TERAPEUTICA DELLA MELA è considerata addirittura un banalissimo e semplicissimo DATO DI FATTO, a tal punto da diventare TOTALMENTE PROVERBIALE.

I PROVERBI derivano completamente DALL'ESPERIENZA POPOLARE DIRETTA DI ADDIRITTURA MIGLIAIA DI ANNI e quindi, in termini moderni, da esperienza popolare diretta STATISTICAMENTE ENORMEMENTE RILEVANTE, SIA IN TERMINI DI QUANTITA' DEMOGRAFICA CHE DI CAMPO TEMPORALE CONSIDERATO.

Ma il dato di fatto ancora più rilevante, è che TUTTI I PROVERBI AL MONDO CHE ASSOCIANO ALIMENTAZIONE E SALUTE, CONVERGONO ADDIRITTURA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NEI CONFRONTI DELLA MELA; persino tutti i proverbi delle più antiche culture dell'intero pianeta ci dicono esattamente questa stessa identica cosa (ognuna nella sua lingua),

Citiamo solo alcuni tra i moltissimi esempi, che esprimono ormai verità assolutamente scientifiche moderne con la massima semplicità dell'esperienza pratica antica.

Il notissimo e semplicissimo proverbio: "UNA MELA AL GIORNO TOGLIE IL MEDICO DI TORNO" (che, tra l'altro, come tutti gli altri che vedremo, se presi alla lettera, parlano solo ed esclusivamente di melarismo). Questo proverbio, si è

totalmente constatato e sviluppato, assolutamente identico, tra le altre, anche nella cultura anglosassone di tutto il mondo (Inghilterra, Stati Uniti d'America, Canada, Australia, ecc.) con esattamente la versione in inglese:

"AN APPLE A DAY KEEPS THE DOCTOR AWAY".

Allo stesso tempo, sempre nei millenni di esperienza popolare diretta, si è formato, nel mondo, anche il proverbio:
"MANGIA UNA MELA PRIMA DI ANDARE A LETTO E RENDERAI IL DOTTORE POVERETTO"

(che, ancora una volta, esprime anche il periodo della giornata, nel melarismo, che, come abbiamo già visto, proprio secondo la scienza dell'alimentazione moderna, si è dimostrato essere il più naturale, proprio per la fisiologia circadiana della specie umana, relativamente all'ingestione della mela: poco prima del tramonto).

[Anche se, come abbiamo visto, in tutti i modelli alimentari innaturali (cioè che prevedono altri frutti o "cibi") conviene consumare una mela sempre come prima cosa assoluta della giornata, anche se la mattina].

Anche questo proverbio, ancora una volta,si è totalmente constatato e sviluppato, sempre assolutamente identico, anche in assolutamente tutta la cultura anglosassone mondiale, con la versione in inglese esatta:

"EAT AN APPLE GOING TO BED, MAKE THE DOCTOR BEG HIS BREAD".

Ancora quasi incredibilmente, come sempre in un modo del tutto indipendente dai precedenti, sempre nei millenni, lo stesso identico concetto si è constatato e sviluppato anche dall'esperienza popolare diretta di tutti i popoli francofoni, entrando definitivamente nella cultura francese, anche poi quella di tutto il mondo (oggi usato in Francia, Canada francese, alcune nazioni del Sudamerica e Centroamerica, alcune nazioni Africane, alcune zone Asiatiche, ecc.), col proverbio testuale:

"TROIS POMMES PAR JOUR, SANTE' POUR TOUJOURS" (cioè, "tre mele al giorno, salute per sempre").

Inoltre, tra i popoli francofoni si è sviluppato nei millenni anche un altro proverbio che è molto preciso pure come COLLOCAZIONE SEQUENZIALE GIORNALIERA della MELA, a cui è giunta anche la scienza dell'alimentazione più moderna, che è ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE dall'onnarismo fino al fruttarismo stesso:

"UNE POMME A JEUN CHASSE LE MEDECIN"(cioè, "una mela a digiuno scaccia il medico").

Va ricordato che in francese per "A JEUN" si intende esattamente "COME PRIMISSIMA COSA CONSUMATA NELL'INTERA GIORNATA (1° PASTO)", che per la MELA, come abbiamo visto, per innumerevoli motivazioni fisiologiche fondamentali, è DEL TUTTO ESSENZIALE applicare anche dall'onnarismo fino al fruttarismo stesso, in quanto la MELA come PRIMO PASTO nella giornata deve assolutamente ripristinare IL PRIMA POSSIBILE almeno l'EQUILIBRIO FISIOLOGICO di base che si è perso soprattutto a partire dalla cena precedente.

Sempre nei millenni, in aree geografiche planetarie anche opposte, ed in maniera totalmente indipendente l'una dall'altra, tutti i proverbi che relazionano ALIMENTAZIONE E SALUTE CONTINUANO A CONVERGERE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE SULLA MELA.

Questo avviene oltre che nella cultura occidentale, ma anche in quella, ANCORA PIU' ANTICA, ORIENTALE; ad esempio, NELLA CULTURA ULTRAMILLENARIA CINESE si è formato un semplice proverbio antichissimo che indica chiaramente che il modo migliore in assoluto per curare la disidratatazione cellulare è solo ed esclusivamente con le mele, espresso con la solita sinteticità, ma al tempo stesso efficacia, cinese:

"SE HAI SETE, MANGIA UNA MELA"

(che, tra l'altro, mette in relazione molto chiaramente anche la sensazione della sete, mai con l'atto del bere, ma proprio sempre con l'atto del mangiare; cosa che è confermata esattamente dalla stessa scienza dell'alimentazione moderna, che sottolinea come anche per la specie umana, oltre che per tutti gli altri primati fruttivori, l'unica acqua adatta all'idratazione cellulare dell'intero organismo invece che quella inorganica, adatta a scorrere nella terra e che si è costretti a bere, ma proprio L'ACQUA FISIOLOGICA contenuta esattamente nel frutto, il cui grado di idratazione cellulare raggiunge la completezza di gran lunga solo ed esclusivamente con la MELA, che, come tutti frutti, in natura, non si beve ma si mangia; quindi, come sottolinea anche il proverbio, per la specie umana l'acqua non deve assolutamente mai essere "bevuta", ma solo ed eslusivamente "mangiata", e proprio, assolutamente unicamente sotto forma di MELA).

Tutto ciò è esattamente confermato anche da un altro molto antico e semplice proverbio occidentale, il quale, anch'esso, nei casi di disidratazione cellulare, esclude assolutamente qualsiasi altro "cibo", qualsiasi altro frutto, ma addirittura qualsiasi liquido (compresa l'acqua), specificando esattamente: - **"TIENI DA PARTE UNA MELA PER QUANDO TI VIENE SETE".** E si potrebbe continuare. Da notare, poi, che anche nel libro della GENESI, contenuto pure nella BIBBIA CRISTIANA, si spiega, come già visto nel primo capitolo sulla Paleoantropologia, che, attraverso l'alimentazione esclusiva

dall'"albero della Vita", il quale, come ci hanno spiegato gli studiosi ebrei dei manoscritti antichi originali, ERA ESATTAMENTE UN MELO (quindi Adamo ed Eva, proprio secondo la Genesi, SI NUTRIVANO ESATTAMENTE DI SOLO MELE), sempre secondo lo stesso libro della Genesi, ADAMO ED EVA MAI HANNO CONOSCIUTO ALCUN TIPO DI MALATTIA.

Descrizioni simili si notano nei Testi Sacri anche di molte altre religioni di tutto il mondo.

ANCHE MOLTISSIMI FATTI STORICI, IN TUTTO IL MONDO, riguardanti GUARIGIONI, considerate addirittura MIRACOLOSE, DA TUTTE LE "MALATTIE", RIGUARDANO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LE MELE:

- ad esempio, famosissimo, il principe Ahmed guariva assolutamente tutte le malattie solo con le MELE;
- il re Artù, ormai ridotto all'estremo fin di vita, guarì completamente esclusivamente con una cura a base di MELE;
- i Pigmei guarivano la continua e fastidiosa sensazione di fame addirittura solo col profumo delle MELE;
- i neri statunitensi guarivano anche le fastidiosissime e addiritura croniche voglie sulla pelle proprio mangiando solo ed esclusivamente MELE;
- ecc.

Ovviamente questi sono solo alcuni esempi dell'ENORME bibliogafia storica (di cui un'altra parte vedremo nel prossimo capitolo) che si aggiunge a TUTTA la predetta RICERCA SCIENTIFICA MODERNA più avanzata al mondo, la quale, come abbiamo visto, partendo esclusivamente dal presupposto scientifico di base della VERIFICA SPERIMENTALE, giunge esattamente alle STESSE IDENTICHE CONCLUSIONI.

CONCLUSIONE scientifica della PATOLOGIA moderna e TERAPEUTICA moderna

Anche in caso di assolutamente QUALSIASI COSIDDETTA "MALATTIA", cioè intossicazione aspecifica cronico-cumulativa, il MELARISMO (ovviamente raggiunto gradualmente, nel modo terapeutico predetto), oltre ad essere, come abbiamo visto, l'unica alimentazione adatta alla specie umana, determina anche
L'UNICA VERA FISIOLOGIA DI DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA (e quindi di "GUARIGIONE") ESISTENTE PER LA SPECIE UMANA, PROFONDAMENTE POTENTISSIMA, VELOCE e "PULITA"
(cioè, se raggiunto con la opportuna gradualità, ha completa assenza delle cosiddette forme sintomatiche di "disintossicazione", proprio così come, per tutti i motivi biochimici già spiegati, deve fisiologicamente assolutamente sempre essere).

Il digiuno: pratica DEL TUTTO INNATURALE e determinante una INTOSSICAZIONE ASPECIFICA MASSIMA (come abbiamo già visto, il digiuno ha una fisiologia TOTALMENTE OPPOSTA a quella positiva del respirarismo)

Tutto ciò fin qui esposto sulla disintossicazione aspecifica tramite il graduale completamento della fisiologia melariana, AVVIENE IN MANIERA DEL TUTTO CONTRARIA al digiuno [cioè il tentare di disintossicarsi senza mangiare nulla e bevendo la tossica acqua (anche fosse la più "pura") per giorni, settimane o mesi];

la scienza che studia la FISIOLOGIA DEL DIGIUNO ha chiaramente dimostrato CHE QUANDO SI SMETTE DI “MANGIARE”, IN REALTA' SI STA MANGIANDO, E ADDIRITTURA LA COSA PEGGIORE CHE ESISTE, soprattutto per la specie umana: GRASSO ANIMALE [(il nostro), quello cioè che anche l'OMS ha completamente dimostrato ESSERE ASSOLUTAMENTE CANCEROGENO (il cosiddetto "digiuno" tecnicamente è AUTOFAGIA, dal greco “mangiare se stessi”, cioè vero e proprio AUTOCANNIBALISMO)].

In altri termini, è esattamente come se si prendesse una bistecca, si separasse tutto il suo grasso in un piatto a parte, si buttasse la parte magra, e alla fine si mangiasse solo ed esclusivamente IL PIATTO PIENO DEL SOLO GRASSO COSI' SEPARATO, e tutto questo per giorni, settimane o mesi, per tutta la durata del presunto "digiuno".

Infatti, ANCHE QUASI TUTTE LE TOSSINE ASSUNTE NEGLI ANNI PRECEDENTI, SI TRASFORMANO PROPRIO IN GRASSI (e una piccola parte si annida soprattutto nel tessuto adiposo), rimanendo un piccolissimo residuo di tossine aspecifiche soprattutto nel citoplasma cellulare, che il mitocondrio (l'organulo cellulare fondamentale preposto alla produzione di energia), ANALOGAMENTE A COME VEDREMO PER I GRASSI STESSI, mai può "bruciare" direttamente, e deve prima modificare enormemente, ED E' PROPRIO ESATTAMENTE QUESTA MODIFICA BIOCHIMICA CHE

L'ORGANISMO ATTUA DURANTE IL DIGIUNO PER IL TENTATIVO DISPERATO DI PRODURRE ENERGIA IN ASSENZA DI FRUTTOSIO E GLUCOSIO CHE PRODUCE A SUA VOLTA NUMEROSISSIME ALTRE SOSTANZE ALTAMENTE TOSSICHE,

precisamente perchè la CELLULA (soprattutto della specie umana) E' PROGETTATA DALLA NATURA PER "BRUCIARE" (SENZA DANNI) ASSOLUTAMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE FRUTTOSIO [persino la molecola di glucosio, come abbiamo già visto, proprio per poter innescare il ciclo di krebs (nel mitocondrio) ed essere quindi ossidata ("bruciata"), DEVE ESSERE PRIMA TRASFORMATA IN FRUTTOSIO].

Difatti, una volta iniziato il digiuno, l'ultimo pasto fornisce il fruttosio/glucosio necessario solo per poche ore, dopo di che l'organismo comincia ad utilizzare tutte le sue scorte di glicogeno (già anche questo è fenomeno dannoso per l'organismo, come vedremo meglio), che è la prima cosa che "brucia" proprio perchè è la cosa meno difficile per l'organismo stesso da trasformare in glucosio ed infine nel FRUTTOSIO assolutamente INDISPENSABILE per l'innesco salutare dell'ossidazione mitocondriale;

DOPO CIRCA 36 ORE DALL'INIZIO DEL DIGIUNO L'ORGANISMO TERMINA TUTTE LE SUE SCORTE DI GLICOGENO, E DA QUESTO MOMENTO IN POI (a parte la predetta parte trascurabile di tossine citoplasmatiche residue, che iniziano già a peggiorare di molto la delicatissima procedura ossidativa cellulare, producendo sostanze ancora più tossiche),

PUO' "BRUCIARE" QUASI ESCLUSIVAMENTE L'UNICA STRUTTURA MOLECOLARE CHE, PER GLI EFFETTI DEVASTANTI CHE PRODUCE NELL'INTERO ORGANISMO (soprattutto nella specie umana) MAI ANDREBBE ASSOLUTAMENTE UTILIZZATA A SCOPO ENERGETICO: IL GRASSO

(in questa fase del digiuno, le proteine vengono "bruciate" mediamente per il 20% della produzione energetica totale, ed anch'esse, se usate a scopo energetico, sono ALTAMENTE DANNOSE, come vedremo meglio).

Ora, l'enorme problema è che i grassi (contrariamente a glucosio e fruttosio che hanno una struttura molecolare A 6 ATOMI DI CARBONIO) hanno mediamente una struttura molecolare CON UNA VENTINA DI ATOMI DI CARBONIO, e, per essere ossidati dal nostro mitocondrio producono una quantità enorme (miliardi di miliardi) di CORPI CHETONICI (SOSTANZE ALTAMENTE TOSSICHE, come ACETONE, ACIDO ACETACETICO, ACIDO BETAIDROSSIBUTIRRICO, ecc.), che, infatti, si riscontrano continuamente, in quantità assolutamente esagerate e pericolosissime, nelle analisi del sangue DI OGNI GIORNO DI TUTTA LA DURATA DEL DIGIUNO

(portandolo su UNA CONTINUA E SEMPRE PIU' GRAVE ACIDOSI EMATICA E CITOPLASMATICA, CHE E' ASSOLUTAMENTE TIPICA DEL DIGIUNO, E CHE SPESSO, DURANTE DEI DIGIUNI, HA PROVOCATO PROPRIO ADDIRITTURA IL GRAVISSIMO COMA PER ACIDOSI, CHE NORMALMENTE E' MORTALE) e che sono esattamente anche quelle sostanze tossiche che determinano nell'organismo di chi sta digiunando tutte quelle famose CRISI DI INTOSSICAZIONE (chetonica), scambiate erroneamente per cosiddette "crisi di disintossicazione" da chi sta digiunando.

Tra l'altro, la famosa e fastidiosa patina biancastra che si forma sulla lingua di chi digiuna, altro è che una delle tantissime dirette conseguenze della presenza dei predetti tremendi corpi chetonici nell'organismo, e, quindi, la prova più visibile che ci si trova proprio in uno stato fisiologico di FORTISSIMA E GRAVE CHETOSI.

I corpi chetonici, infatti, scorrendo anche nel sangue, si vanno ad infilare sempre più profondamente in assolutamente tutti i settori più intimi dell'intero organismo, fino a livello addirittura cellulare-nucleico, ma addirittura l'organismo, che ne diventa completamente invaso in pochissimo tempo, cerca disperatamente di liberarsene in tutti i modi possibili, sfruttando, quindi, anche, ma solo ed esclusivamente dopo tutti i possibili canali interni (che richiedono meno energia), proprio con l'ultima forza della disperazione, anche tutti gli altri canali, fino addirittura a quelli più esterni in assoluto, come quelli presenti sulla superficie linguale stessa.

Quindi, la formazione della patina biancastra sulla lingua, mai è un segno di disintossicazione, ma, proprio esattamente del tutto al contrario,

UN SEGNO DI TOTALE INTOSSICAZIONE (CHETONICA) DELL'INTERO ORGANISMO,

talmente accentuata e violenta, da spingerlo a fare una delle cose peggiori che un organismo vivente poteva arrivare a fare: ad usare persino la lingua, organo assolutamente d'entrata molecolare (anch'essa ha un determinato grado di assorbimento molecolare in fase trofica), in maniera del tutto fisiologicamente inversa, come organo d'uscita, intasando, quindi, totalmente anche quell'importantissimo organo, oltre ad aver già ormai completamente intasato tutti gli altri (quando la lingua diventa biancastra vuol dire che dentro tutto il nostro organismo, ormai, già anche assolutamente tutti gli altri organi sono stati completamente intasati, e quindi del tutto intossicati, di quello stessa identica creta biancastra di pessime tossine chetoniche, di cui la lingua stessa ne è pure proprio internamente piena ed assolutamente intossicata, visto che, anche di quelle presenti precisamente dentro la lingua stessa, ne esce solo ed esclusivamente una piccolissima parte). Inoltre, come predetto, il delicatissimo e complesso apparato intracellulare del GOLGI, che ha un ruolo FONDAMENTALE nella DISINTOSSICAZIONE aspecifica, può assolvere il suo compito SOLO ed ESCLUSIVAMENTE in corrispondenza di

pH ematico esattamente a 7,41, cosa, nel digiuno, DEL TUTTO IMPOSSIBILITATA dall'estrema acidosi ematica determinata specialmente dai corpi chetonici. Il tutto è estremamente peggiorato anche dal fatto che la mancata introduzione di cibo per via orale (specialmente delle mele, notoriamente l'unico cibo al mondo a contenuto di tipologia di fibra sufficientemente peristaltica per la specie umana) produce, molto velocemente,

IL DANNOSISSIMO (soprattutto in stadio intossicato) BLOCCO TOTALE DELLA PERISTALSI;

Quindi, mancando il naturale ritmo peristaltico di contrazione-rilassamento, tipico dell'intestino, che consente, tra l'altro, lo scorrimento delle feci e di tutte le scorie in direzione della fuoriuscita attraverso l'ano, tutte le predette feci residue e scorie tossiemiche aspecifiche RIMANGONO ASSOLUTAMENTE DENTRO L'INTESTINO STESSO, addirittura per tutta la sua lunghezza, e, quindi, invece di essere espulse, del tutto al contrario,

ADERISCONO DANNOSISSIMAMENTE A TUTTE LE PARETI INTERNE DELL'INTESTINO (tenue e crasso) persino per TUTTA la durata del digiuno (l'acqua bevuta non è asolutamente in grado di innescare la peristalsi).

I tentativi di rimediare a questo disastro enterico (intestinale) da parte dei digiunisti (quello tipico sono i clisteri) sono poi assolutamente vani, in quanto, ad esempio, l'acqua introdotta nell'ano con il clistere può ridurre le scorie presenti solo nella parte del colon più vicina all'ano, lasciando quindi del tutto inalterate le scorie presenti in tutto il resto non solo del cortissimo intestino crasso (che addirittura ha un grado di assorbimento molto basso), ma addirittura di tutto l'intero lunghissimo (oltre dieci volte più lungo)
intestino tenue, che, inoltre è, al contrario, è proprio quello che avrebbe più bisogno di essere pulito, visto che oltre ad essere, col blocco della peristalsi, il più pieno di scorie in assoluto, è anche quello che ha il grado di assorbimento più alto di tutte le sostanze, in questo caso anche delle più tossiche [al contrario, ormai è arcinoto che il "clistere" (o qualsiasi altro metodo "purificante") PIU' POTENTE IN ASSOLUTO AL MONDO è proprio esattamente la MELA, che PURIFICA MASSIMAMENTE l'intero intestino con le sue POTENTISSIME FIBRE ed altre sostanze che RIMUOVONO ed ASSORBONO direttamente TUTTE le scorie tossiche intestinali, di TUTTO l'intestino, TENUE e CRASSO, usando anche la direzione di scorrimento naturale, dalla bocca all'ano, e addirittura, pure con tutte le altre migliaia di sostanze chimiche assolutamente PERFETTE PURIFICA MASSIMAMENTE ogni SINGOLA cellula del nostro DELICATISSIMO organismo, oltretutto senza minimamente "affaticare" il sistema digerente (all'opposto, le sostanze della mela sono le uniche quasi "predigerite" e le UNICHE AL MONDO che forniscono direttamente energia ANCHE durante la digestione stessa),

che, DEL TUTTO AL CONTRARIO, VIENE MASSIMAMENTE AFFATICATO (LE ENERGIE SPESE ANCHE IN ATP PER REAZIONE TOSSICOTICA ASPECIFICA E' ESATTAMENTE MASSIMA) E ADDIRITTURA SEMPRE PIU' ROVINATO PROPRIO DAL MASSACRANTE DIGIUNO CHE BLOCCA TUTTE LE SCORIE SEMPRE PIU' ALTAMENTE TOSSICHE PRESENTI NELLE PARETI DELLO STOMACO, MA DI TUTTO L'INTESTINO, SOPRATTUTTO TENUE;

in altri termini, LA MELA E' IL MASSIMO RIPOSO FISIOLOGICO, IL DIGIUNO E' IL MASSIMO STRESS FISIOLOGICO, sotto tutti i punti di vista, da quello gastrico, enterico, ematico, fino a quello intracellulare, nucleico e genetico].

Tutto ciò peggiora tremendamente, col tempo, anche le predette crisi di intossicazione (soprattutto chetonica), che sono pericolosissime: mediamente, nel 41% dei casi di digiuno si hanno conseguenze sintomatiche negative meno forti (come eventuali dolori o fitte, eventuali mal di testa, eventuali vertigini, ecc.), fermi restando, tuttavia,

TUTTI I DANNI PROFONDI E GRAVI DELL'INTOSSICAZIONE CHETONICA;

in un altro 56% dei casi di digiuno, addirittura, LE CONSEGUENZE VANNO DA GRAVI A GRAVISSIME [come fortissimi e quasi continui dolori in una o più parti del corpo, emicrania acuta e continua, svenimento, eruzioni cutanee talmente violente da lasciare irreversibilmente i segni sulla pelle per sempre (spesso anche nel viso), emorragie orali (sangue dalla bocca), emorragia urinaria (che porta cospicuo sangue nelle urine), enorme eccesso di dissanguamento in fase mestruale (a volte si è rischiata finanche la morte per dissanguamento), spesso verificatasi persino entrata in coma per acidosi, ecc.];
e nell'ultimo 3% dei casi di digiuno, si è verificata persino

LA MORTE DEL DIGIUNANTE, che diventa il 6% se si comprendono anche i casi di morte subito dopo il digiuno.

Parallelamente, con l'organismo in costante forte acidosi, le tossine citoplasmatiche nemmenlo riescono assolutamente ad essere espulse, ma prendendo parzialmente anche il posto dei grassi bruciati durante il digiuno, si radicano ancora più profondamente in tutti i settori dei tessuti dell'organismo.

Dunque, col digiuno SI EFFETTUA ASSOLUTAMENTE NESSUNA DISINTOSSICAZIONE, e esattamente al contrario, come abbiamo visto,

IL DIGIUNO DETERMINA SEMPRE ADDIRITTURA ALMENO 3 TIPI DI FORTISSIMA INTOSSICAZIONE

(entrambi sia ematici sia tissutali-cellulari, e persino perduranti nel tempo, in maniera sempre più strutturale e profonda a mano a mano che si fanno altri digiuni):

1) UNA ENORME INTOSSICAZIONE CHETONICA (dovuta al metabolismo dei grassi, proprio totalmente opposto all'iper-disintossicante METABOLISMO DEL FRUTTOSIO, come predetto, ASSOLUTAMENTE ESCLUSIVO del SOLO MELE);

2) UNA FORTISSIMA INTOSSICAZIONE PER TRASFORMAZIONE DI TOSSINE CITOPLASMATICHE [LE TOSSINE RESIDUE mai VANNO "BRUCIATE", cosa che costringe l'organismo ad una loro precedente trasformazione ancora più tossica,

MA VANNO ESPULSE DIRETTAMENTE

(come predetto, tramite gli apparati escretori, principalmente urina, feci e sudore) operazione fisiologica delicatissima che, come abbiamo visto, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE un metabolismo IN FASE MELARIANA E' IN GRADO DI EFFETTUARE SENZA DANNI];

3) UNA PROFONDISSIMA INTOSSICAZIONE ENTERICA [direttamente dalle pessime tossine aspecifiche bloccate in tutta l'enorme lunghezza dell'intestino (è lungo oltre 14 metri), ormai completamente aperistaltico; come è invece notissimo, e già accennato, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PROPRIO LE SOFISTICATISSIME FIBRE DELLA MELA, per la specie umana, SONO IN GRADO DI INNESCARE UN SUFFICIENTE MOVIMENTO PERISTALTICO, oltre che SMUOVERE, TRASCINARE ED ASSORBIRE TUTTE le TOSSINE incrostate letteralmente nelle totali pareti enteriche interne, unici parametri che, nella disintossicazione a SOLO MELE, sono in grado di LIBERARE TOTALMENTE L'INTERO INTESTINO, proprio per TUTTA la sua lunghezza (tenue e crasso), DALLE PESSIME SCORIE TOSSICHE RESIDUE].

Le presunte guarigioni "del digiuno"

Le presunte guarigioni ottenute "col digiuno" sono dovute molto semplicemente al fatto che le misurazioni diagnostiche (analisi ematiche, radiografie, ecc.) sono effettuate sempre PRIMA dell'inizio della cosiddetta "preparazione al digiuno" (periodo di alimentazione scalare verso la frutta, poi periodo di frutta, a diminuire fino a periodo a succhi di frutta), e sempre DOPO il periodo cosiddetto di "uscita dal digiuno" (speculare rispetto alla "preparazione", cioe periodo di succhi di frutta, periodo di frutta, e periodo di alimentazione scalare di ritorno verso l'alimentazione finale).

Cioè, ad esempio, se si vuole effettuare anche 1 sola settimana di digiuno, occorre effettuare come minimo 7-10 giorni di preparazione scalare a base di FRUTTA, poi i 7 giorni di digiuno, e, infine, almeno altri 7-10 giorni di uscita scalare a base di FRUTTA; QUINDI SU 27 GIORNI DELLA COSIDDETTA "terapia del digiuno", IN REALTA', ALMENO 2O GIORNI SONO STATI A BASE DI ALIMENTAZIONE DI FRUTTA: ebbene, se c'è stato un miglioramento in salute dopo quei 27 giorni,

E' STATO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE GRAZIE AGLI ALMENO 20 GIORNI A BASE DI FRUTTA, in cui i 7 di digiuno hanno, invece, SOLO ASSOLUTAMENTE FRENATO, REINTOSSICATO, CHETONIZZATO, ACIDIFICATO, ECC. TUTTO L'INTERO ORGANISMO.

Quindi, a rigore, l'eventuale miglioramento in salute E' STATO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE GRAZIE ALL'AZIONE DISINTOSSICANTE DELLA FRUTTA, e, dunque, assolutamente mai "grazie al digiuno" ma semmai, del tutto al contrario, NONOSTANTE IL DIGIUNO.

Origine innaturale della teoria del digiuno

La massacrante teoria del digiuno ha preso origine specialmente dalla mancanza di un minimo di precisione: IN NATURA (e si sottolinea in natura, cioè, con la specie animale nella più totale libertà e in presenza di ecosistema specie-specifico) IL DIGIUNO E' ASSOLUTAMENTE INESISTE.

Prima di tutto un animale, sempre in natura, (quando, nella propria nicchia ecologica, viene lasciato libero di cibarsi CON IL CIBO ADATTO ALLA SUA SPECIE) MAI SI AMMALA, e, quindi, nemmeno potenzialmente, può anche solo lontanamente pensare di digiunare; ma nel rarissimo caso in cui, per qualche variazione ecosistemica, possa innescare una intossicazione aspecifica, e quindi si "ammali",

E' ASSOLUTAMENTE FALSO CHE DIGIUNA, MA PROPRIO ESATTAMENTE AL CONTRARIO, ISTINTIVAMENTE VA IMMEDIATAMENTE ALLA RICERCA ASSOLUTAMENTE DISPERATA,

se carnivoro, granivoro, erbivoro, (ecc.), DEL SUO CIBO DI RIASSETTO H (di cui si accennava nel relativo paragrafo, CHE, come abbiamo visto, FA GIA' ASSOLUTAMENTE PARTE DELLA SUA ALIMENTAZIONE NATURALE, e che, quindi,

l'animale, nell'ecosistema adatto alla sua specie, conosce già perfettamente, specialmente dotato di molta fibra, e quindi estremamente "pulente" ed a innesco di fisiologia disintossicante), mentre, se fruttivoro, istintivamente va immediatamente

ALLA RICERCA ASSOLUTAMENTE DISPERATA DEL SUO FRUTTO SPECIE-SPECIFICO.

In entrambi i casi, quindi, in natura, L'ANIMALE INTOSSICATO VA IMMEDIATAMENTE ALLA RICERCA DISPERATA DI UN SUO CIBO che tende a disintossicarlo aspecificamente, e, quindi, "pulirlo" molto velocemente (assorbendo anche immediatamente il grosso delle tossine aspecifiche che, altrimenti, specialmente col digiuno, rimarrebbero per molto tempo nell'organismo, danneggiandolo enormemente).

In altre parole, un animale, quando è libero in natura, nella propria nicchia ecologica, in caso remoto di intossicazione aspecifica ("malattia"), MAI DIGIUNA (con il digiuno avrebbe solo peggiorato enormemente la sua salute, tramite fortissima chetosi ed acidificazione, entrambi massimamente intossicanti),

MA, PROPRIO DEL TUTTO ESATTAMENTE AL CONTRARIO, TORNA ADDIRITTURA IMMEDIATAMENTE E DRASTICAMENTE ALLA SUA ALIMENTAZIONE PIU' FILOGENETICAMENTE AVANZATA (che, quindi, per la disintossicazione aspecifica di un individuo appartenente alla SPECIE UMANA corrisponde esattamente al suo frutto specie-specifico, cioè la MELA).

Ad esempio, gli stessi carnivori (come i felini, gli uccelli carnivori, ecc.) che, in caso raro di intossicazione aspecifica, naumentano drasticamente, istintivamente immediatamente, la percentuale, nella loro alimentazione, di alcuni tipi molto particolari di piante erbacee, o di frutti, o di altra parte di vegetale, (cibo di riassetto H specie-specifico), che loro già normalmente consumano, quindi, dal punto di vista biochimico, per disintossicarsi aspecificamente, non fanno altro che ALIMENTARSI della loro alimentazione più filogeneticamente avanzata (cioè più vicina al ciclo H);

stessa cosa, gli uccelli granivori, in raro caso di intossicazione aspecifica, anch'essi aumentano immediatamente e drasticamente la percentuale del loro cibo di riassetto H, il più spesso delle volte costituito dai frutti "a chicco" e simili, che accennavamo prima, che loro già normalmente consumano;

sono notissime anche le disintossicazioni aspecifiche attuate dagli erbivori, osservate dettagliatamente anche, ad esempio, sui cavalli, i quali, specialmente nei casi più gravi (come addirittura tumori, causati da alimentazione innaturale dei relativi allevamenti), se lasciati liberi, si sono allontanati all'interno di boschi e radure erbose, fino a trovare finalmente, e nutrirsi, proprio della loro pianta erbacea specie-specifica, e, con sorpresa degli stessi osservatori, guarendo in pochissimo tempo, senza, in quel caso di intossicazione aspecifica artificiale da allevamento, dover nemmeno ricorrere al loro cibo di riassetto H (che spesso, anche per gli erbivori, può essere costituito da un particolare tipo di frutto).

Ciò che ha portato all'enorme e massimamente distruttivo errore della teoria del digiuno, sono le ovviamente totalmente distorte osservazioni di animali effettuate in cattività (cioè specialmente al chiuso, come gabbie, appartamenti, ecc.), e, quindi, solo ed esclusivamente nel caso in cui la particolare specie animale è stata allontanata dal proprio ambiente naturale (ecosistema specie-specifico), situazione nella quale, non trovando assolutamente, ad esempio, le erbe (o altro vegetale) disintossicanti aspecificamente adatte alla propria specie (ad esempio, nelle gabbie degli zoo, negli appartamenti, ecc.), talvolta, con loro enorme sofferenza e addirittura disperazione, sono assolutamente costretti a persino a digiunare, frenando enormemente ed in maniera massacrante per il loro organismo, la disintossicazione aspecifica rispetto al loro cibo disintossicante specie-specifico, innescando così il distruttivo metabolismo del digiuno (distruttivamente chetonico, assolutamente intossicante aspecificamente, e massimamente acidificante) che lo porta a "mettersi rannicchiato in un angolo", soffrendo in silenzio, o spesso con lamenti, o persino piangendo (ad esempio, come il cane), talvolta anche per giorni, rifiutando ovviamente qualsiasi altro "cibo" (che non è certo quello che avrebbe cercato lui nel suo ambiente naturale per la particolarissima disintossicazione aspecifica adatta alla sua specie) gli venga offerto (qualche volta con evidenti crisi di intossicazione chetonica, sempre con danni alla salute, a volte irreversibili, come nella specie umana).

Quindi, in altri termini, in natura, con la specie animale vivente nel proprio ecosistema specie-specifico ed in condizioni di assoluta libertà, anche nel rarissimo caso di intossicazione aspecifica ("malattia"), IL DIGIUNO E' ASSOLUTAMENTE INESISTENTE, ma l'animale attua istintivamente e immediatamente una procedura di disintossicazione aspecifica ADDIRITTURA TOTALMENTE TROFICAMENTE CONTRARIA, E BIOCHIMICAMENTE DEL TUTTO OPPOSTA, AL DIGIUNO STESSO: và, cioè, improvvisamente ALLA RICERCA VELOCISSIMA, e talvolta persino disperata, PROPRIO DELL'ALIMENTO PIU' ADATTO ALLA SUA SPECIE, quindi il più vicino al ciclo H, che, dunque, NELLA COMPARAZIONE TROFICA CON LA SPECIE UMANA, CORRISPONDE PERFETTAMENTE PROPRIO ALLA MELA.

Precisazioni tecnico-scientifiche sulla FISIOLOGIA del DIGIUNO

Quanto più si approfondisce la FISIOLOGIA del DIGIUNO (sia dal punto di vista di biologia molecolare che di fase sperimentale diretta sulle persone, ovviamente esclusi i predetti giorni di “ingresso” ed “uscita” fruttariani o analoghi, che invece, se raggiunti in modo graduale e attuati in modo sostenibile sono molto positivi), tanto più ci si rende conto di

quanto la FISIOLOGIA dei giorni effettivi di DIGIUNO è TOTALMENTE MASSACRANTE per l'intero organismo umano, soprattutto se comparato alla PERFETTA FISIOLOGIA DISINTOSSICANTE del MELARISMO.

Il digiuno, provocando anche un eccesso di glucagone, innesca una TOSSICA ENORME AUTOFAGIA INDOTTA, cioè un tasso in IPER-ECCESSO del fenomeno AUTOFAGICO (autolisi), superiore persino a quello della fase tossica onnariana (che avviene per effetto di un alto danneggiamento di moltissime membrane, organuli e tessuti); infatti, in alimentazione specie-specifica (soprattutto nella specie umana), evitando in essa qualsiasi danno strutturale, il fenomeno autofagico è addirittura infinitesimale (quasi zero), e limitato al solo EVENTUALE ricambio naturale fisiologico dopo lunghissimo periodo; inoltre, come vedremo meglio, anche la fase di disintossicazione in alimentazione specie-specifica attua una procedura enormemente più pulita e mai invasiva rispetto all'autofagia, cioè avviene fondamentalmente per mezzo di ESPULSIONE TOSSI-ASPECIFICA DIRETTA

(consentita pure da un pH ematico costantemente al valore ottimale di 7,4, che consente il perfetto funzionamento enzimatico anche dei principali apparati endocellulari di disintossicazione aspecifica, dal Golgi, ai perossisomi, al reticolo endoplasmatico liscio e rugoso, ecc.) coadiuvata da una PERFETTA AUTO-RIPARAZIONE soprattutto MACROMOLECOLARE DIRETTA (compeso del DNA cellulare e mitocondriale), assolutamente mai su base autofagica, lasciando lo stesso fenomeno autofagico (comunque protetto almeno dalla potentissima miscela specie-specifica di antiossidanti della mela) unicamente ai casi del tutto residuali ed eccezionali.

Rispetto a questa perfetta e pulitissima disintossicazione specie-specifica, il DIGIUNO, totalmente al CONTRARIO, innesca un MASSACRANTE IPER-ECCESSO di AUTOFAGIA TRIPLICE cioè persino su TRE fronti molecolari principali, soprattutto strutturali:

1) GLICO-AUTOFAGIA
2) LIPO-AUTOFAGIA
3) PROTEO-AUTOFAGIA.

Vediamo perché OGNUNO di questi processi autofagici del DIGIUNO è ALTAMENTE DANNOSO, e crea addirittura una ENORME INTOSSICAZIONE ULTERIORE e PROFONDA DELL'INTERO ORGANISMO:

1) **GLICO-AUTOFAGIA:** nelle prime 36 ore circa dall'inizio del digiuno, terminata l'assimilazione e utilizzo dell'ultimo pasto in poche ore, l'organismo, pur di sopravvivere, è costretto ad utilizzare come fonte energetica, invece del perfetto fruttosio (con tutti gli enormi vantaggi che abbiamo visto), solo ed esclusivamente il glucosio estratto dalle riserve di glicogeno, con almeno le seguenti conseguenze MOLTO NEGATIVE:

   a) si innesca un ECCESSO di GLICOGENOLISI (processo normalmente nullo, o al limite assolutamente minimale) a tal punto che procede fino addirittura alla TERMINAZIONE TOTALE del glicogeno stesso, condizione dannosa anche per il fegato medesimo;

   b) questo ECCESSO di di glicogenolisi provoca anche una forte ALTERAZIONE METABOLICA, specialmente di tutto il METABOLISMO EPATO-FOSFORICO;

   c) l'intero organismo, bruciando SOLO glucosio, senza nemmeno l'indispensabile quantità predetta MOLTO MAGGIORE di fruttosio, ricrea immediatamente le stesse identiche condizioni TOSSICHE dell'utilizzo ESCLUSIVO di AMIDO, proprio come quello del SOLO CEREALI (condizioni fisiologiche al limite adatte unicamente agli uccelli granivori ma DANNOSISSIME per la specie umana), addirittura PEGGIORATE anche dal fatto che il tutto avviene senza le INDISPENSABILI vitamine, minerali e antiossidanti freschi dall'esterno;

   d) tutto ciò provoca immediatamente l'inizio dell' ACIDOSI sempre più PROFONDA dell'intero organismo, che perdurerà ma addirittura peggiorerà per tutto il corso successivo del digiuno;

2) **LIPO-AUTOFAGIA:** subito dopo le prime 36 ore circa dall'inizio del digiuno, terminata completamente la scorta di glicogeno, l'organismo, sempre pur di sopravvivere, è costretto questa volta ad utilizzare come fonte energetica, ancora invece del perfetto fruttosio, solo ed esclusivamente ed in maniera persino CONTEMPORANEA due tipologie molecolari che, usate a scopo energetico, sono ALTAMENTE TOSSICHE e DANNOSE per l'intero organismo, i GRASSI (per circa l'80% dell'energia) e le PROTEINE (per il restante circa 20%); l'uso dei grassi come fonte energetica nel digiuno avviene tramite la LIPO-AUTOFAGIA, con almeno le seguenti conseguenze ENORMEMENTE NEGATIVE:

a) la lipolisi forzata dei grassi del tessuto adiposo porta alla liberazione di un IPER-ECCESSO di ACIDI-GRASSI (in particolare non esterificati) nell'organismo;

b) ciò provoca anche la liberazione SENZA PROTEZIONE di una ENORME QUANTITA' di TOSSINE ASPECIFICHE accumulate nel tessuto adiposo con un INGENTE DANNO AI TESSUTI dell'INTERO ORGANISMO (non introducendo tutta la unica potentissima miscela di antiossidanti sinergici e molecole disintossicanti contenute nella mela che servono proprio per neutralizzarli ed espellerli senza danni);

c) passando anche per la beta-ossidazione, il totale metabolismo dei grassi produce una quantità ALTISSIMA di CORPI CHETONICI (molto ACIDI, come acido acetacetico, acido betaidrossibutirrico, acetone, ecc.) che aumenta ulteriormente ed in modo addirittura esponenziale l'ACIDOSI ematica e dell'intero organismo;

d) ciò provoca immediatamente un aumento enorme di USURA PROTEICA in tutti gli organi e tessuti, fino persino a livello endocellulare, compreso tutti gli organuli cellulari, dai mitocondri, ai perossisomi, al reticolo endoplasmatico, all'apparato del Golgi, ecc.;

e) l'usura crescente e velocissima di tutti i mitocondri, portando ad una loro perdita incrementale di funzionalità, determina un ECCESSO ESPONENZIALE di produzione persino di RADICALI LIBERI e scorie metaboliche tossiche ed acidogene PRODOTTE DAL MITOCONDRIO USURATO STESSO; al tempo stesso, l'usura crescente e velocissima di tutti gli apparati del Golgi, perossisomi, reticolo endoplasmatico, ecc., portando anch'essi ad una perdita incrementale di funzionalità, determina una DIMINUZIONE QUASI TOTALE della CAPACITA' DISINTOSSICANTE dell'intero organismo, peggiorando ulteriormente tutte le condizioni fisiologiche generali e settoriali;

ecc.

3) **PROTEO-AUTOFAGIA:** sempre subito dopo le prime 36 ore circa dall'inizio del digiuno, proprio MENTRE l'organismo inizia ad essere letteralmente e profondamente massacrato dalla suddetta lipo-autofagia, siccome specialmente il cervello ha un estremo bisogno di zuccheri, si innesca immediatamente anche l'eccesso deleterio di processo autofagico relativo alle PROTEINE, in quanto l'organismo, ancora pur di sopravvivere, cerca disperatamente di reperirle e trasformarle in zuccheri, determinando ulteriori PROFONDI DANNI e TOSSICITA' generale e settoriale; infatti, l'uso delle proteine come fonte energetica nel digiuno avviene tramite la PROTEO-AUTOFAGIA, con almeno le seguenti conseguenze ENORMEMENTE NEGATIVE:

a) immediato IPER-ECCESSO di PROTEOLISI AUTOFAGICA, scatenato anche per l'enorme usura proteica indotta dal digiuno stesso tramite la contemporanea predetta acidotica e radicalica lipo-autofagia;

b) ciò provoca velocemente anche un IPER-ECCESSO TOSSICO di ZINCO e di VALINA;

c) la liberazione degli aminoacidi CHETOGENICI, dovuta alla stessa proteolisi autofagica, determina la formazione di ulteriori TOSSICI CORPI CHETONICI, che AUMENTANO ULTERIOLMENTE la già forte ACIDOSI generale e settoriale;

d) il tasso troppo elevato di proteolisi autofagica, causando un eccesso enorme di sintesi proteica per le relative micro e soprattutto macro-autofagia, compreso persino mitofagia e pexofagia di mitocondri e perossisomi danneggiati dalla predetta lipo-autofagia estremamente acido-radicalica, determina anche un AUMENTO ALTISSIMO di ERRORI di DUPLICAZIONE GENETICA, peggiorato dalla presenza pure in ambito nucleico di ambiente fortemente acido e radicalico;

e) soprattutto gli abnormi fenomeni mitofagici e pexofagici provocano anche un ECCESSO sempre più citologicamente ingombrante e TOSSICO di corpi residui, ovvero di RESIDUI AUTOFAGOLISOSOMICI. Ma a PEGGIORARE ENORMEMENTE tutta la situazione fisiologica del digiuno, come fase della medesima proteo-autofagia, interviene allo stesso tempo il fenomeno DISPERATO ed in iper-eccesso della GLUCONEOGENESI, cioè della traformazione soprattutto di amminoacidi in glucosio, con almeno le seguenti ULTERIORI conseguenze ALTAMENTE DANNOSE e TOSSICHE:

f) la GLUCONEOGENESI determina immediatamente un' ALTISSIMA PRODUZIONE TOSSICA di AMMONIACA;

g) il fegato in condizioni di fortissima acidosi e iperossidazione radicalica per tutti i predetti motivi, presenta una grandissima difficoltà nel ciclo dell'urea, e questo alto eccesso di AMMONIACA entra persino in molti altri tessuti e nel sangue, DANNEGGIANDO ENORMEMENTE TUTTO L'ORGANISMO e specialmente il SISTEMA NERVOSO;

h) inoltre, la forte liberazione tossica di AMMONIACA DANNEGGIA ULTERIOLMENTE anche il funzionamento dei mitocondri di ogni cellula con consumo enorme di alfa-KGA, arrivando a rallentare e spesso persino a bloccare l'intero ciclo di Krebs, tra cui la stessa preziosissima produzione di ATP;

i) per di più il FEGATO, per cercare comunque di contrastare gli effetti di questo immediato e grande aumento di ammoniaca va gradualmente in SOVRACCARICO proprio per produzione eccessiva di urea;

j) anche l'AFFATICAMENTO ENERGETICO EPATICO è ENORME visto pure che c'è un dispendio di ben quattro molecole di ATP per OGNUNA dei MILIARDI di molecole di urea prodotta;

k) è poi arcinoto che questo eccesso di GLUCONEOGENESI durante il digiuno provoca una ulteriore ENORME PRODUZIONE TOSSICA di CORPI CHETONICI (in quanto causa carenza di ossalacetato e conseguente arresto del ciclo di Krebs con impedimento dell'ossidazione dell'aceti-CoA determinando appunto una formazione enorme di corpi chetonici), pure AUMENTANDO ancora una volta la già FORTISSIMA ACIDOSI;

l) inoltre la GLUCONEOGENESI, proprio aumentando ulteriormente la produzione di corpi chetonici fa superare la loro soglia quantitativa che costringe l'organismo ad attuare l'azione DISPERATA e DECISAMENTE TOSSICA di usare persino una piccola parte dei corpi chetonici stessi al posto del glucosio, ALTERANDO e DANNEGGIANDO MAGGIORMENTE il metabolismo e la struttura delicatissima dei mitocondri; una volta terminati i grassi, rimanendo a scopo energetico solo la proteo- autofagia, avviene addirittura la MORTE AUTOFAGICA del digiunante, cioè la PROTEO-AUTOFAGIA diventa persino MORTALE per l'intero organismo;

A peggiorare ulteriormente tutto il quadro fisiologico del digiunante, occorre anche aggiungere un altro fenomeno ESTREMAMENTE GRAVE: del tutto contrariamente ai POTENTISSIMI benefici derivati dall'attuazione della cosiddetta “preparazione” al digiuno e poi della cosiddetta “uscita” dal digiuno, cioè i giorni immediatamente PRECEDENTI e SUCCESSIVI al digiuno in cui ci si nutre a base di FRUTTA, durante i GIORNI EFFETTIVI di DIGIUNO è stato chiarissimamente constatato un PEGGIORAMENTO generale anche di TUTTE le PATOLOGIE in corso, dalle tossicosi aspecifiche pato-primarie, alle PATOLOGIE INFIAMMATORIE, e persino PATOLOGIE NEOPLASTICHE e PATOLOGIE INFETTIVE, ecc.;

infatti, anche la sperimentazione più moderna sull'uomo ha ormai TOTALMENTE DIMOSTRATO che l'eccesso enorme del fenomeno autofagico che avviene in tutto l'organismo con conseguente ALTISSIMA ACIDOSI-CHETONICA durante i giorni effettivi di DIGIUNO addirittura PEGGIORA ENORMEMENTE sia la CRESCITA che la PROLIFERAZIONE TUMORALE in corso, con una FORTISSIMA e PROFONDISSIMA PROGRESSIONE del CANCRO

[la profonda cheto-acidosi e iperossidazione radicalica provocata dal digiuno agisce anche a livello endonucleico pure della cellula tumorale aumentando enormemente il processo di mutagenesi e quindi di CANCEROGENESI; alcuni ipotizzavano che il fenomeno autofagico (autolitico) del digiuno potesse agire sulla cellula tumorale intera distruggendola, invece si è constatato che anche la macro-autofagia durante il digiuno avviene SOLO ed ESCLUSIVAMENTE DENTRO la cellula tumorale proprio per sostituire specialmente mitocondri e perossisomi danneggiati dalla forte cheto-acidosi causata dal digiuno, provocando persino un' ULTERIORE ACCELERAZIONE e DANNEGGIAMENTO del METABOLISMO già veloce della CELLULA TUMORALE, INCREMENTANDO MAGGIORMENTE sia la CRESCITA TUMORALE che la eventuale PROLIFERAZIONE METASTATICA in corso];

inoltre, è stato anche chiarissimamente rilevato che questo enorme eccesso del fenomeno autofagico generale nei giorni effettivi di DIGIUNO PEGGIORA FORTEMENTE anche la PROLIFERAZIONE VIRALE, BATTERICA, PROTOZOICA e PARASSITARIA totale, col parallelo PEGGIORAMENTO di qualsiasi PATOLOGIA INFETTIVA in corso

(anche in questo caso, alcuni ipotizzavano che il fenomeno autofagico generale del digiuno potesse agire pure sui microrganismi in proliferazione durante una patologia infettiva, invece si è constatato che l'attivazione della micro e macro-autofagia generalizzata del digiuno, proprio in quanto in forte eccesso e agente in tutti i settori delicatissimi dell'organismo, induce addirittura una altissima moltiplicazione micro e macroparassitaria, a cominciare proprio da virus, batteri e protozoi, anche in quanto la profonda acidosi chetonica e ossidazione radicalica provocata dal digiuno abbatte o persino disattiva completamente l'intera funzionalità enzimatica e dei meccanismi difensivi dell'organismo, portando ad esempio i batteri a sopravvivere e addirittura a moltiplicarsi più velocemente proprio all'interno di vescicole autofagosomiche sovvertendo persino a proprio vantaggio questo meccanismo difensivo dell'organismo umano; stesso fenomeno di sovversione anti-

difensiva durante il digiuno è stato constatato ad esempio nel caso dei virus, dove addirittura la superficie membranosa delle vescicole autofagiche funge per l'assemblaggio del sistema moltiplicativo del virus stesso, portando persino ad una proliferazione virale molto più veloce); a

llo stesso tempo, l'altissima ACIDOSI e CHETOSI in atto causata dal DIGIUNO provoca il PEGGIORAMENTO ACUTO anche di qualsiasi PATOLOGIA INFIAMMATORIA, per semplice aumento ulteriore dell'alterazione metabolica negativa in corso. Dunque, pure alla luce di tutto ciò va sottolineato che:

- nel digiuno è ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE la disintossicazione anche perché TUTTE le strutture DETOSSICANTI (a cominciare dall'apparato del Golgi, perossisomi, reticolo endoplasmatico, ecc.) in stadio di ACIDOSI perdono completamente la loro efficacia funzionale, e addirittura l'acidosi stessa LE DANNEGGIA ULTERIOLMENTE, con le tremende conseguenze negative pure dei RADICALI LIBERI in estremo eccesso prodotti dai MITOCONDRI medesimi per effetto del loro forte danneggiamento chetonico in atto;

- al contrario, come abbiamo visto, durante i giorni di DIGIUNO, avviene proprio la più LA PIU' FORTE INTOSSICAZIONE CHETONICA, ACIDOTICA, OSSIDATIVA, RADICALICA, ecc. CHE POSSA ESISTERE nell'organismo umano,soprattutto con questa DINAMICA CONTEMPORANEA e MICIDIALE;

- se anche nei soggetti MENO intossicati aspecificamente il DIGIUNO ha questi effetti fisiologici così DEVASTANTI, sempre come abbiamo visto, il DIGIUNO determina effetti fisiologici negativi ANCORA PIU' GRAVI nei soggetti in cui GIA' E' PRESENTE uno STATO PATOLOGICO in atto, portandolo proprio ad un SEMPRE PIU' MASSACRANTE STADIO FISIOPATOLOGICO, sia che si tratti di pato-primarie, infiammatorie, neoplastiche, infettive, ecc.

Comparazione semplificativa tra digiuno e la disintossicazione aspecifica del MELARISMO: allegoria della stanza

Per visualizzare immediatamente la differenza metabolica tra digiuno e solo mele basta fare un esempio semplicissimo. Prendiamo una cellula a caso del nostro organismo e immaginiamo di ingrandirla fino alle dimensioni di una stanza: addossate alle pareti della stanza troviamo tutte le tossine (aspecifiche, grassi, ecc.); queste tossine le troviamo sotto forma di grandi sacchi di rifiuti speciali, proprio quelli più altamente tossici. Dalla porta della stanza (contatto col capillare cellulare), quando si mangia entra il suo stesso carburante, poniamo che sia allegoricamente la legna (fruttosio e glucosio), che viene bruciata nel caminetto (il mitocondrio), che espelle i suoi fumi fisiologici naturali (assolutamente salutari), prima all'interno della cellula stessa, poi ancora attraverso la porta della stanza stessa (verso ancora quindi il sangue del capillare, e che, essendo fisiologicamente già predisposti, verranno riespulsi attraverso la normale fase di espirazione polmonare).

VEDIAMO, ORA, NELLA STANZA, COSA SUCCEDE COL DIGIUNO: dalla porta nessuna legna entra più (fruttosio e glucosio).

Ma il caminetto (mitocondrio), anche solo per mantenere i 36,7 gradi dell'organismo, deve assolutamente continuare a bruciare qualcosa, quindi, in assenza di legna (fruttosio e glucosio) (che è assolutamente l'unico carburante per cui è stato progettato dalla natura), è costretto a fare proprio la cosa peggiore in assoluto che può succedere ad una cellula: "bruciare" i velenosissimi sacchi di rifiuti speciali altamente tossici.

I RIFIUTI TOSSICI MAI SI POSSONO BRUCIARE, PERCHE' PROPRIO DALLA LORO COMBUSTIONE CREANO SOSTANZE ESTREMAMENTE PIU' VELENOSE PERSINO DEI RIFIUTI TOSSICI STESSI, E ADDIRITTURA TRA LE PIU' VELENOSE IN ASSOLUTO.

Il caminetto, quindi, comincia subito a emettere IL FUMO DI COMBUSTIONE PIU' VELENOSO CHE ESISTE AL MONDO (come quando si brucia la plastica ed esce la massacrante diossina), CHE PRIMA INTOSSICA E MASSACRA COMPLETAMENTE TUTTA LA STANZA (la canna fumaria cellulare sfocia proprio nella cellula stessa, la quale, tra l'altro, non è stata assolutamente programmata per liberarsi di quel tipo di prodotti di combustione), E, POI, quando esce finalmente dalla porta (entrando quindi nel sangue),

COMINCIA IMMEDIATAMENTE A MASSACRARE PRIMA TUTTE LE DELICATISSIME STRUTTURE CELLULARI ED ESOCELLULARI PRESENTI NEL SANGUE STESSO, E, SUBITO DOPO, PIU' LENTAMENTE, TUTTE LE RESTANTI, ALTRETTANTO DELICATISSIME, STRUTTURE DELL'INTERO RESTO DELL'ORGANISMO (visto che il sangue circola proprio dappertutto).

Quindi, IL RISULTATO DEL DIGIUNO E' CHE, BRUCIANDO I SACCHI DI RIFIUTI TOSSICI, CREA IMMEDIATAMENTE UN'ENORMITA' DI FUMO IPERTOSSICO (intracellulare, esocellulare ed ematico; anche nella realtà, al microscopio si

nota il famoso "fumo chetonico" provenire dalle stesse aree mitocondriali) ESTREMAMENTE PIU' DANNOSO, ED ADDIRITTURA MASSACRANTE, PERSINO DEL CONTENUTO DEI SACCHI DI RIFIUTI TOSSICI STESSI DI PARTENZA.

VEDIAMO, ORA, NELLA STANZA, COSA SUCCEDE CON SOLO MELE (con transizione graduale): dalla porta entra finalmente il perfetto FRUTTOSIO.

Quest'ultimo è proprio l'UNICA LEGNA PERFETTA per il caminetto (mitocondrio), che, quindi, produce assolutamente nessuna sostanze minimamente negative, e addirittura solo totalmente positive (compresi i quasi nulli residui fisiologici naturali relativi, per i quali, tra l'altro, la cellula è già perfettamente programmata a smaltire immediatamente).

Allo stesso tempo, dalla porta della stanza entrano anche PROPRIO LE 3 SOSTANZE PIU' DISINTOSSICANTI IN ASSOLUTO AL MONDO, contenute, come predetto, in quantità salutare e qualità massime solo ed esclusivamente nella mela (rossa); esse si comportano esattamente proprio

COME I 3 MASSIMI SPECIALISTI SULL'INTERO PIANETA DI SMALTIMENTO DI RIFIUTI TOSSICI:

IL "DOTTOR" POLIFENOLO,
IL "DOTTOR" PECTINA,
IL "DOTTOR" ACIDO MALICO.

Questi 3 superesperti, ESSENDO IL LORO MESTIERE PROPRIO ESATTAMENTE QUELLO DI DISINTOSSICARE entrano già dotati degli strumenti più sofisticati ed avanzati in assoluto precisamente per lo smaltimento dei pericolosissimi sacchi di rifiuti tossici accostati alle pareti della stanza: tuta protettiva, maschera antigas, guanti speciali, ecc.

Con una precisione assoluta SAPENDO BENISSIMO LE CONSEGUENZE MASSACRANTI DI UNA EVENTUALE LORO COMBUSTIONE, SI GUARDANO BENE ANCHE DAL SOLO LONTANAMENTE AVVICINARLE AL CAMINETTO(come succedeva invece nel digiuno, dove vi entravano addirittura totalmente),

E, PROPRIO DEL TUTTO AL CONTRARIO, DOPO AVERLE RIGOROSAMENTE AVVOLTE DA ULTERIORI PROTEZIONI (ciò avviene anche a livello molecolare reale), LI PRENDONO CON LA MASSIMA CAUTELA E LI PORTANO VERSO LA PORTA DELLA STANZA, DALLA QUALE LI SCARICANO UNO PER UNO NEL SANGUE.

Il sangue, quindi, EVITANDO DI TRASPORTARE SOSTANZE TOSSICHE LIBERE, (come nel digiuno) E, DUNQUE, DISTRUTTIVE DI TUTTO CIO' CHE TOCCANO, ma, del tutto all'OPPOSTO, ANCORA NEI SACCHI (si evita la trasformazione tossica predetta di riduzione degli atomi di carbonio)

MA PERSINO BEN RIAVVOLTE ULTERIOLMENTE (predetta protezione molecolare), LI TRASPORTA TRANQUILLAMENTE FINO AI RENI, i quali, li scaricano nella vescica, venendo poi semplicemente, e del tutto pulitamente, ESPULSI DALL'ORGANISMO TRAMITE LE URINE.

Cioè, in altri termini, finalmente LE TOSSINE MAI SONO "BRUCIATE" NOCIVAMENTE (come nel digiuno) ALL'INTERNO DELL'ORGANISMO, MA (nel solo mele) SONO DIRETTAMENTE ESPULSE FUORI DELL'ORGANISMO, (principalmente tramite le urine); specialmente i primi giorni di solo mele, infatti, le urine sono molto scure, e spesso maleodoranti (senza metabolismo chetonico), ottimo segno di fuoriuscita PROPRIO DEI SACCHI DI RIFIUTI PIU' TOSSICI che si trovavano all'interno delle nostre cellule.

Dunque, il risultato del solo mele è che i sacchi di rifiuti estremamente tossici, MAI VENGONO BRUCIATI (creando proprio le sostanze tra le più velenose al mondo), e vengono, DEL TUTTO AL CONTRARIO,
BEN RIAVVOLTI, E SCARICATI DIRETTAMENTE, COSI' COME SONO, FUORI DELL'ORGANISMO ATTRAVERSO LE URINE.

In gergo medico si dice, infatti, che LE TOSSINE MAI VANNO BRUCIATE, MA SEMPLICEMENTE URINATE DIRETTAMENTE.

Infatti, se doveste togliere dei sacchi di rifiuti altamente tossici dalla vostra stanza, li brucereste uno per uno nel vostro caminetto, affumicando di veleni tutta la vostra casa (la canna fumaria di una cellula riversa i suoi fumi proprio esattamente dentro la cellula stessa), oppure li prendereste con moltissima cautela, e, dopo averli riavvolti per essere sicuri che rimangano intatti nel trasporto, li portereste con la massima attenzione

FUORI DELLA PORTA DELLA VOSTRA STANZA, POI FUORI DELLA PORTA DI CASA, FINO AL PIU' VICINO CENTRO DI RACCOLTA? E' ovvio che qualsiasi persona con un minimo di buon senso MAI FAREBBE (e per nessun motivo al mondo) la prima cosa (cioè il meccanismo cellulare del digiuno) ma, del tutto al contrario, FAREBBE ESATTAMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LA SECONDA COSA: cioè perfettamente quello che fa

LA DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA ATTUATA CON SOLO MELE (rosse), PROPRIO IL METODO DI ELIMINAZIONE TOSSIEMICA ASPECIFICA PROFESSIONALE PIU' FISIOLOGICAMENTE SOFISTICATO, EVOLUTO, VELOCE, addirittura del tutto indolore e assolutamente pulito che esiste sull'intero pianeta.

Ormai, oggi, senza più alcun minimo dubbio che IL DIGIUNO E' IL METODO PIU' MASSACRANTE E DISTRUTTIVO CHE SI CONOSCA AL MONDO PER PRESUMERE DI TOGLIERE SOSTANZE TOSSICHE ASPECIFIHE, NE CREA, INVECE, MOLTISSIME ALTRE PERSINO ESTREMAMENTE PIU' TOSSICHE DI QUELLE INIZIALI, spessissimo con estrema sofferenza delle persone, in molti casi, come abbiamo visto, addirittura la morte.

Il concetto ottocentesco (di pochissimi) TOTALMENTE INNATURALE e DEVASTANTE di RIBALTAMENTO PATO-TOSSICOLOGICO porta alla MASSACRANTE "anticultura della SOFFERENZA" in fase disintossicatoria; i 2 parametri fisiologici fondamentali per distinguere INTOSSICAZIONE (processo tossi-aspecifico) da DISINTOSSICAZIONE (inversione del processo tossi-aspecifico)

Così come il digiuno (in fase pre-respirariana), essendo INNATURALE e NEGATIVO (innescando una INTOSSICAZIONE DEPERIMENTALE CHETO-ACIDOTICA DIRETTA) DI CONSEGUENZA, determinerà anche una serie di effetti DOLOROSI

(a volte scambiati DEL TUTTO ERRONEAMENTE per cosiddette "forme di disintosicazione", che in realtà sono, TOTALMENTE AL CONTRARIO, forme di INTOSSICAZIONE DEPERIMENTALE CHETO-ACIDOTICA DIRETTA) così, allo stesso identico modo, pure la malattia (dalla febbre al cancro), essendo INNATURALE e NEGATIVA, (innescando soprattutto una INTOSSICAZIONE ACIDOTICA DIRETTA),

DI CONESGUENZA, determinerà anche una serie di effetti DOLOROSI (a volte anch'essi scambiati DEL TUTTO ERRONEAMENTE per cosiddette "forme di disintosicazione", che in realtà sono, TOTALMENTE AL CONTRARIO, forme di INTOSSICAZIONE ACIDOTICA DIRETTA).

Ad esempio, la febbre è semplicemente l'effetto DANNOSISSIMO (i DANNI PROFONDI della temperatura superiore alla norma son ben noti ai fisiologi moderni) della TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA, che, essendo troppo concentrata in fattori energetici (specialmente glucidi e lipidi), oltre una certa soglia tossi-aspecifica citologica, (la tossicosi stessa) alza direttamente e PATOLOGICAMENTE il metabolismo portando PATOLOGICAMENTE la temperatura ad alzarsi (e MAI è "una decisione dell'organismo per disintossicarsi", come ingenuamente qualcuno pensò nell'ottocento, in quanto, come tutte le malattie, dal raffreddore al cancro, è un sintomo diretto di INTOSSICAZIONE e mai di "disintossicazione");

quindi, la febbre (e qualsiasi altra patologia) MAI va "aiutata", ma, DEL TUTTO AL CONTRARIO, VA FATTA DIMINUIRE IL PRIMA POSSIBILE (ancora meglio se PREVENUTA totalmente,per i DANNI PROFONDI da temperatura innaturale) tramite la predetta DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, la quale, essendo il processo ESATTAMENTE OPPOSTO, sarà assolutamente SENZA DOLORE, facendo CESSARE gradualmente QUALSIASI EFFETTO NEGATIVO.

Il GIGANTESCO ERRORE ottocentesco di taluno di considerare il digiuno e la malattia come fenomeni "naturali" e "positivi", invece che, come finalmente sappiamo scientificamente oggi, MASSIMAMENTE INNATURALI e NEGATIVI, ha portato al DEVASTANTE concetto OPPOSTO di RIBALTAMENTO PATO TOSSICOLOGICO, che consiste nel PIU' MASSACRANTE concetto CONTRARIZZATO CHE LA MENTE UMANA POTESSE AVER MAI PARTORITO: cioè del "più stai male e più stai bene" (perchè ingenuamente pensava che era "disintossicazione", ignorando, come abbiamo visto e vedremo meglio, che la disintossicazione è SOLO ed ESCLUSIVAMENTE ASINTOMATICA e FISIONEUTRA).

E' proprio esattamente per QUESTO MASSIMAMENTE DISTRUTTIVO concetto TOTALMENTE CONTRARIZZATO (RIBALTATO) che purtroppo moltissime persone nel mondo, pur conoscendo il fruttarismo (insostenibile), sono andate incontro a problemi SEMPRE MAGGIORI, fino a dover addirittura tornare ai "cibi" aspecifici tossici da cui erano fuggiti: semplicemente perchè OGNI SINTOMO NEGATIVO

(che è sempre assolutamente l'UNICO campanello di ALLARME dell'organismo per dirti che STAI SBAGLIANDO QUALCOSA, e che, quindi, DEVI MODIFICARE IMMEDIATAMENTE QUELLO CHE STAI FACENDO, proprio PER EVITARE DANNEGGIARE LA SALUTE) E' STATO INTERPRETATO COME "POSITIVO" (proprio col predetto MASSACRANTE concetto CONTRARIZZATO del ribaltamento pato-tossicologico, cioè del "più stai male e più stai bene").

Questo concetto che CONTRARIZZA totalmente la REALTA' dei FATTI, ha portato addirittura al DELIRIO MORTALE che "più provi dolore", "più soffri", "più ti senti male", "più hai sintomi negativi" e "più la tua disintossicazione è veloce", PORTANDO ALL'OSPEDALE E PERSINO AL CIMITERO PURTROPPO MOLTISSIME PERSONE IN BUONA FEDE NEL MONDO [ignorando che, come abbiamo visto e vedremo meglio, qualsiasi sintomo negativo è ASSOLUTAMENTE SEMPRE fisiologicamente sinonimo di INTOSSICAZIONE ASPECIFICA (diretta o indiretta), che va IMMEDIATAMENTE invertita nella predetta DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA].

Questa micidiale "anticultura della SOFFERENZA" è TOTALMENTE INNATURALE persino se applicata alle mele, pur essendo il cibo specie-specifico della specie umana: Infatti, a tutto ciò si aggiunge talvolta la confusione di alcuni tra

INTOSSICAZIONE deperimentale DIRETTA, cioè causata DIRETTAMENTE all'azione che si sta compiendo [dovuta specialmente all'utilizzo parziale o totale di ARANCE o altra frutta acida (soprattutto nel fruttarismo), o al DIGIUNO],

e intossicazione deperimentale INDIRETTA, cioè causata dall'eccesso di tossine del passato in parziale uscita, che REINTOSSICANO (ecco perchè "intossicazione") letteralmente l'organismo (proprio in modo del tutto opposto alla disintossicazione, anche perchè tutti i meccanismi fisio-disintossicatori vengono bloccati dalla variazione di pH, soprattuto acidotica) (come può avvenire SOLO ed ESCLUSIVAMENTE nelle fasi MDA, F1-3, M1-3, R, UNICAMENTE se evitiamo di attuare la sufficiente GRADUALITA').

SOLO in quest'ultimo caso, anche se il tentativo di disintossicazione è praticato con la predetta sequenza corretta (MDA, F,M,R), se si usa poco la sufficiente GRADUALITA', si può entrare addirittura nell'effetto OPPOSTO, cioè, come predetto, INTOSSICAZIONE deperimentale INDIRETTA (con forme di RE-INTOSSICAZIONE che determinano SINTOMI NEGATIVI di qualsiasi tipo) che, anche in questo caso, E' MAI l'erroneamente detta "disintossicazione troppo veloce", come DEL TUTTO CONFUSAMENTE talvolta si sente dire, (proprio perchè PIU'ASSOLUTAMENTE NIENTE HA PIU' ASSOLUTAMENTE CHE FARE con l'effetto fisiologico di "DISINTOSSICAZIONE"), ma, PROPRIO COMPLETAMENTE AL CONTRARIO, una TOTALE RE INTOSSICAZIONE dell'INTERO organismo (anche se causata dalle tossine aspecifiche in PARZIALE uscita, in quanto non sono state prima sufficientemente NEUTRALIZZATE o RESE INNOCUE con altri processi molecolari dalle UNICHE sostanze al mondo in grado di farlo, cioè le sostanze SPECIE-SPECIFICHE), e che, di conseguenza, VA FERMATA IMMEDIATAMENTE, semplicemente facendo un passetto indietro nel perfezionamento alimentare predetto.

Quindi, quando si parte da uno stadio molto intossicato, anche con la predetta procedura CORRETTA di disintossicazione aspecifica (ovviamente a base delle uniche sostanze SPECIE-SPECIFICHE della MELA, come abbiamo visto, le UNICHE in grado di innescare la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA) bisogna stare attenti ad eseguire la sequenza in modo GRADUALE, e, ANCHE in questo caso di procedura CORRETTA e GRADUALE, come SEMPRE, proprio

LA COSA PIU'GRAVE IN ASSOLUTO che si può commettere è ATTRIBUIRE un valore "positivo" pure ad un SOLO sintomo NEGATIVO (dal semplice fastidio fino alla sofferenza) che, DEL TUTTO AL CONTRARIO, E' L'UNICO MODO IN ASSOLUTO CON CUI L'ORGANISMO PUO' COMUNICARCI CHE STIAMO SBAGLIANDO QUALCOSA.

Dunque, la fisiologia della DISINTOSSICAZIONE è SEMPRE SOLO ed ESCLUSIVAMENTE ASINTOMATICA (addirittura deve essere MOLTO PIACEVOLE e persino con sensazioni COSTANTEMENTE MIGLIORI, SEGNO CHIARISSIMO CHE L'ORGANISMO MANDA SEGNALI CHE SI STA PROCEDENDO VERSO IL MIGLIORAMENTO) e FISIONEUTRA (cioè a pH 7,4 SEMPRE, e ASSOLUTAMENTE MAI acidotica o ossidativa, come avviene, DEL TUTTO AL CONTRARIO, con l'INTOSSICAZIONE determinata da ARANCE, altra frutta acida e DIGIUNO).

In sintesi, i 2 parametri fisiologici fondamentali per distinguere i processi di intossicazione e disintossicazione tra loro, sono la sintomatologia e il pH ematico (oppure ossidazione):

l'INTOSSICAZIONE (diretta o indiretta) è sempre SINTOMATICA (cioè con sintomi negativi, entro un certo tempo) e MAI FISIONEUTRA (acidotica o alcalodica o ossidativa) mentre, TOTALMENTE AL CONTRARIO, la DISINTOSSICAZIONE (inversione del processo tossi-aspecifico) è sempre

1) ASINTOMATICA (cioè solo SENZA sintomi negativi, e addirittura SEMPRE MOLTO PIACEVOLE e con sensazioni piacevoli in COSTANTE AUMENTO) e

2) FISIONEUTRA (a pH COSTANTE a 7,4, e MAI ossidativa).

Questi sono esattamente i 2 parametri principali per RICONOSCERE la DEVASTANTE intossicazione (diretta o indiretta) dalla STUPENDA DISINTOSSICAZIONE: ORA MAI POTETE PIU' SBAGLIARE.

Comparazione biochimico-fisiologica tra il digiuno e la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA DEL MELARISMO

Dunque, del tutto contrariamente alla fisiologia del digiuno, col melarismo SIA LE TOSSINE ASPECIFICHE CITOPLASMATICHE, CHE QUELLE ESOCELLULARI, CHE IN PARTICOLARE QUELLE EMATICHE, grazie anche alla determinazione post-digestiva del pH ematico a quello perfettamente fisiologico disintossicante di 7,41, E TIPICO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DELLA MELA (ROSSA), oltre che alle sue assolutamente uniche sostanze disintossicanti aspecificamente e anche più "cito-isto-pulenti" in assoluto (acido malico, che si chiama così proprio perchè presente in maniera massima salutare e biodisponibile addiritura solo nella mela; la massima presenza anche quantitativa tra tutti i frutti, e persino tra tutti i vegetali di pectine, anche particolari e specifiche, di polifenoli, ecc.), VENGONO

IMMEDIATAMENTE ESPULSE, come abbiamo visto, SPECIALMENTE TRAMITE L'APPARATO URINARIO, ma anche attraverso tutti gli altri apparati e sistemi escretori [come quello fecale (le cui feci, invece, nel digiuno, vengono bloccate internamente e persino riassorbite dannosissimamente), di traspirazione cutanea, sudoriparo, ecc.].

Esattamente allo stesso tempo, TUTTE le singole cellule del nostro organismo, potendo utilizzare il miglior carboidrato esistente al mondo per la nostra specie, il FRUTTOSIO (della mela), nemmeno sono costrette a bruciare anche i grassi in eccesso e le altre tossine residue, COSA CHE, INVECE, NEL DIGIUNO, CREA CORPI CHETONICI, ESTREMAMENTE TOSSICI, ACIDIFICANTI E DETERMINANTI CRISI, e, nel mentre, l'organismo, invece, con le sostanze anche assolutamente specifiche e del tutto uniche della mela,

PUO' FINALMENTE GRADUALMENTE LISARE (cioè sciogliere enzimaticamente) TUTTI I GRASSI IN ECCESSO E TUTTE LE TOSSINE ASPECIFICHE, ED ESPELLERLE IMMEDIATAMENTE SPECIALMENTE TRAMITE LE URINE (contrariamente al digiuno, in maniera sempre senza fastidio in nessun modo, indolore e senza nessuna crisi, ma addirittura SENZA NEMMENO CHE LA PERSONA SE NE ACCORGA ASSOLUTAMENTE).

Dunque, IL MELARISMO, E' L'UNICO VERO METODO DI DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA per la specie umana, ma rappresenta IL MECCANISMO FISIOLOGICO DI DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA PIU' EFFICACE, VELOCE, EFFICIENTE E SOFISTICATO IN ASSOLUTO CHE ESISTE AL MONDO, anche comparato con tutte le altre specie animali.

Cap. 6: GERONTOLOGIA moderna (scienza dei processi d'invecchiamento)

La GERONTOLOGIA (da “geron”= vecchio e "logeia" nel senso di scienza) è la scienza che studia tutte le cause e gli effetti dei PROCESSI DI INVECCHIAMENTO, sia genotipici (legati ai processi di modificazione della struttura stessa del DNA), che fenotipici (legati alla conseguente modifica dell'espressione genica, cioè ai processi di modificazione di tutte le strutture dell'organismo, da quelle più interne fino a quelle più esterne e visibili, come, ad esempio, le rughe sulla pelle).

La gerontologia MODERNA, ovviamente, lo fa nella maniera più approfondita, e soprattutto sfruttando tutti gli avanzatissimi strumenti e branche della predetta OLOSCIENZA, a cominciare dall'enormemente efficace incrocio dei dati di moltissime discipline scientifiche.

Il cosiddetto "invecchiamento" umano E' SOLO L'EFFETTO FENOTIPICO DELLA TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA ORMAI GIUNTA STABILMENTE ANCHE FINO A LIVELLO NUCLEICO-GENETICO;

in termini più semplici, il cosiddetto "invecchiamento" è solo

UNA FORMA DI DI INTOSSICAZIONE ASPECIFICA PROFONDA, CIOE' E' SOLO UN TIPO PARTICOLARE DI PATOLOGIA (per effetto tossi-aspecifico sempre più profondo)

Per la specie umana, che ha la biochimica e l'intera fisiologia perfettamente in asse col ciclo H, e per le pochissime altre specie (come vedremo meglio più avanti) vicine a questo asse strutturale biofisico,

ANCHE L'ERRONEAMENTE DETTO "INVECCHIAMENTO" E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UNA FORMA DI INTOSSICAZIONE ASPECIFICA GENETICA (destrutturante),

più esattamente una intossicazione aspecifica poligenica (detta poligenica perchè a differenza del cancro, che è una intossicazione aspecifica oligogenica, cioè che interessa la modifica strutturale di pochi geni, l' "invecchiamento" interessa invece la modifica strutturale, in maniera sia numericamente che strutturalmente crescente, di tanti geni), cioè una cosiddetta "patologia" genetica (autoindotta), [detta autoindotta per differenziazione delle cosiddette "malattie genetiche" altro è che intossicazioni aspecifiche monogeniche (o, al massimo, oligogeniche) indotte (dalle generazioni precedenti)].

In altri termini, specialmente negli ultimi decenni, a cominciare dallo studio sempre più accurato della fase G-zero cellulare (che vediamo più avanti) fino alla specie umana, è stato scientificamente chiaramente riscontrato che nella nostra specie

IL COSIDDETTO "INVECCHIAMENTO" ALTRO E'CHE UNA MALATTIA (proprio esattamente come tutte le altre):

SI INNESCA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN FASE DI INTOSSICAZIONE ASPECIFICA, CIOE' SOLO SE LA PERSONA SI "NUTRE" CON "CIBO" INADATTO ALLA SUA SPECIE.

La cosiddetta "vecchiaia" si manifesta come una graduale PERDITA DI FUNZIONALITA' di ogni settore del nostro organismo, dovuta, come predetto, semplicemente alla TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA che, dopo un certo numero di anni, diventa talmente profonda da OSTACOLARE QUASI TOTALMENTE anche il normale metabolismo basale; a livello analitico, come vedremo meglio più avanti, nella tossicosi aspecifica, la componente diretta che incide di più in assoluto proprio su questa graduale perdita di funzionalità organica è esattamente l'IPERPROTIDOSI SECONDARIA (che inoltre è peggiorata anche enormemente dalla stessa parallela ACIDOSI SECONDARIA): infatti, l'ENORME USURA PROTEICA INDOTTA per effetto ACIDOTICO e TOSSI ASPECIFICO in generale, provoca anche l'

ENORME SINTESI PROTEICA INDOTTA, che, come abbiamo visto, è MASSIMAMENTE DEVASTANTE PROPRIO PER LA STRUTTURA STESSA DEL DNA, che AUMENTA ESPONENZIALMENTE GLI ERRORI DI DUPLICAZIONE

in fase di sintesi proteica medesima, portando alla MODIFICA GRADUALE MA SEMPRE MAGGIORE DI OGNI CARATTERISTICA GENOTIPICA di cui si è dotati in gioventù; è ovvio che GENI SEMPRE PIU' MODIFICATI, CODIFICHERANNO di conseguenza PROTEINE SEMPRE PIU' MODIFICATE, e quindi PROTEINE STRUTTURALI ed ENZIMATICHE DOTATE DI SEMPRE MINORE FUNZIONALITA', determinando proprio esattamente la risposta speculare fenotipica al genotipo sempre più modificato nel modo suddetto;

questa PERDITA GRADUALE DI FUNZIONALITA' nelle proteine strutturali ed enzimatiche codificate dai geni sempre più alterati per errori di duplicazione in sintesi proteica INDOTTA, provoca precisamente quella perdita graduale di funzionalità ORGANICA GENERALE che viene DEL TUTTO ERRONEAMENTE SCAMBIATA PER cosiddetto "invecchiamento", mentre quindi, è solo una semplice conseguenza principalmente dell'IPERPROTIDOSI SECONDARIA, peggiorata enormemente da tutte le altre caratteristiche della TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA. Questo è anche il

motivo per cui la ragione principale per la quale si sta progressivamente RIALZANDO LA VITA MEDIA, come vedremo meglio più avanti, è semplicemente l'aumento graduale della percentuale di alimenti sempre più vicini a quello SPECIE-SPECIFICO nell'alimentazione mondiale.

Avendo, quindi, il cosiddetto "invecchiamento" tutte le caratteristiche di una BANALISSIMA PATOLOGIA, proprio per effetto diretto della TOSSICOSI ASPECIFICA CRONICO-CUMULATIVA, di conseguenza, TRAMITE la stessa DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA (detta TERAPIA MODERNA), spiegata nel capitolo precedente,

DALL'INVECCHIAMENTO SI PUO' TRANQUILLAMENTE "GUARIRE" ESATTAMENTE COME DA QUALSIASI ALTRA "PATOLOGIA", per effetto anche del fatto che, come vedremo meglio più avanti,

Il nostro organismo POSSIEDE TUTTI I SISTEMI RIPARATORI SOFISTICATISSIMI (attivabili, come abbiamo visto, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE col suddetto PROCESSO DI INVERSIONE TOSSI-ASPECIFICA della TERAPIA MODERNA) necessari PER BLOCCARE, MA ADDIRITTURA PER INVERTIRE TUTTI I PROCESSI D'"INVECCHIAMENTO" del passato od ancora in corso

(come è notissimo in GENETICA MOLECOLARE MODERNA, esattamente così come una ferita si cicatrizza fino a ristabilire il corretto assetto fisiologico della pelle, esistono persino MOLECOLE PROTEICHE RIPARATRICI dello stesso DNA, capaci, IN FASE DI predetta DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA, di LETTERALMENTE AGGIUSTARE qualsiasi GENE si sia guastato durante la nostra assurda INTOSSICAZIONE ASPECIFICA tramite il presunto "cibo" aspecifico).

In pratica, in gergo gerontologico oggi si afferma che, a rigore scientifico, L'UOMO SI UCCIDE, INVECE DI MORIRE.

E siccome, come dicevano anche i latini, NESSUNO E' TANTO VECCHIO DA MAI DESIDERARE DI VIVERE ALMENO UN GIORNO IN PIU',sappiamo che una immortalità potenziale è già stampata chiarisimamente pure nel nostro ISTINTO PIU' PROFONDO (si ricorda che anche la eventuale cosiddetta "noia" è che una iper produzione neurotrasmettitoriale catecolaminica dovuta ad intossicazione aspecifica cronico-cumulativa dei neuroni del nostro cervello).

In biologia moderna è ormai notissimo che LA CELLULA (specialmente umana, cioè in assetto perfetto di ciclo H, in stadio disintossicato) E' STRUTTURATA TOTALMENTE PER VIVERE INVECE CHE PER MORIRE, a patto che glie lo consentiamo, cioè che evitano di ostacolare immettendo tossine aspecifiche, cioè evitando di inserire nel nostro cavo orale elementi ecosistemici aspecifici, considerati erroneamente "cibo".

In genetica moderna, oggi è ormai notissimo che IL GENE DELLA MORTE E' INESISTENTE; la cellula, infatti, TENDE SEMPRE IN CONTINUAZIONE ALLA VITA, (a volte anche in maniera persino disperata) MA ADDIRITTURA ALLA VITA SEMPRE PIU' PERFEZIONATA, ovviamente, come predetto, SEMPRE CHE GLIE LO CONSENTIAMO NOI (come vedremo scientificamente meglio più avanti) TRAMITE LA NOSTRA ALIMENTAZIONE (sempre come vedremo meglio, anche l'usura telomerica e tutti i fenomeni analoghi sono semplicissime dirette conseguenze dell'intossicazione aspecifica cronico-cumulativa).

Basi scientifiche unicellulari:
la cellula, in condizioni di disintossicazione aspecifica totale, entra in fase G-zero: (stadio di) IMMORTALITA' CELLULARE

Infatti, come ha dimostrato anche il PREMIO NOBEL per la medicina e FISIOLOGIA Alexis Carrel, QUALSIASI CELLULA (anche quelle la cui durata della vita media è di pochi giorni o di persino poche ore o minuti), posta in un terreno di coltura

DISINTOSSICATO ASPECIFICAMENTE, E AD ALIMENTAZIONE MINIMA POSSIBILE, entra in una fase denominata "G-zero", detta, scientificamente, di IMMORTALITA' CELLULARE, in cui la cellula BLOCCA COMPLETAMENTE QUALSIASI PROCESSO D'"INVECCHIAMENTO", vive in perfetta salute

E SENZA ALCUN LIMITE TEMPORALE, MA ADDIRITTURA MIGLIORANDO IL SUO METABOLISMO, LA SUA FISIOLOGIA E LA SUA STRUTTURA DI MOMENTO IN MOMENTO.

In più, come enorme vantaggio energetico aggiuntivo, siccome senza più bisogno di continuare la sua specie attraverso dei "figli", ma semplicemente attraverso se stessa, ESSA MAI PIU' SI RIPRODUCE.

Dunque, L'IMMORTALITA' CELLULARE, E' UN DATO DI FATTO ORMAI ACCERTATO SCIENTIFICAMENTE DA MOLTISSIMI DECENNI, STUDIATO ED ANALIZZATO TUTTI I GIORNI NEI LABORATORI SPECIALISTICI DI BIOLOGIA, PRECISAMENTE DESCRITTO E DETTAGLIATAMENTE SPIEGATO ANCHE SUI TESTI DI CITOLOGIA E ISTOLOGIA DELLE UNIVERSITA' DI TUTTO IL MONDO.

Basi scientifiche pluricellulari: esistono almeno 3 SPECIE ANIMALI ufficialmente riconosciute scientificamente come

ASSOLUTAMENTE IMMORTALI Passando agli organismi pluricellulari, anche in essi può scientificamente esistere lo STADIO DI IMMORTALITA'; ad esempio, sono famose almeno 3 specie animali ASSOLUTAMENTE IMMORTALI, tutti gli zoologi specialisti al mondo concordano in questo, come ad esempio un idrozoo noto proprio come MEDUSA IMMORTALE.

Sono specie animali in cui MAI SI E' RILEVATO ALCUN MINIMO SEGNO DI PROCESSO D'INVECCHIAMENTO, MAI SI E'CONSTATATA UNA MORTE "ENDOGENA" [cioè da cause "interne" all'organismo, ecludendo quindi la morte per uccisione da causa esterna (come un urto meccanico) all'organismo stesso] di anche un solo individuo degli innumerevoli milioni esistenti, MA ADDIRITTURA SI SONO CONSTATATI SCIENTIFICAMENTE PERIODI DELLA LORO VITA IN CUI LE CELLULE ENTRANO LETTERALMENTE IN UNA FASE DI RINGIOVANIMENTO.

Esattamente come si è riscontrato per le cellule in stadio fisiologico di immortalità, L'ALIMENTAZIONE DI QUESTE SPECIE ANIMALI E' SEMPRE ASSOLUTAMENTE QUASI NULLA (anche in proporzione alla loro massa corporea) E RICCA DI ACQUA FISIOLOGICA (riferite alla specie umana già queste due caratteristiche indicano chiaramente la frutta ed in particolare proprio la mela).

IMMORTALITA' DELLA SPECIE UMANA: principali EVIDENZE SCIENTIFICHE

Per quanto riguarda la SPECIE UMANA, sono sempre più evidenti elementi di fatto che indicano molto chiaramente, addirittura banalmente, anche per essa la possibilità scientifica di essere potenzialmente,

IMMORTALE, MA INCREDIBILMENTE LA PIU' IMMORTALE (anche nel senso di perfezionamento fisiologico continuo):

1) Visto che può essere IMMORTALE una CELLULA SINGOLA, a maggior ragione, potenzialmente, può esserlo anche un INSIEME DI CELLULE (specialmente a ciclo H, come l'uomo), le quali vivendo in FISIOLOGIA COMPLETAMENTE SINERGICA, e, quindi, a massima EFFICACIA ed addirittura EFFICIENZA BIOCHIMICA, possono avere una USURA METABOLICA ESTREMAMENTE INFERIORE;

2) Se possono essere IMMORTALI addirittura 3 SPECIE ANIMALI (per limitarci a quelle accertate) del tutto FISIOLOGICAMENTE e BIOCHIMICAMENTE MENO EVOLUTE (come predetto, per evoluzione, in biofisica, si intende la tendenza degli organismi viventi verso una situazione di minima energia) della specie umana, a maggior ragione, POTENZIALMENTE PUO' ESSRE IMMORTALE ANCHE LA SPECIE UMANA STESSA;

3) Infatti, a livello trofico quantitativo (quantità di alimenti), in tutti gli esperimenti di gerotrofologia comparata quantitativa (relazionante quantità di alimenti e durata della vita media), è stato dimostrato che, più ci si avvicina alla specie umana, arrivando ai mammiferi (come l'uomo), ed infine agli stessi primati, DIMINUENDO LA LORO ALIMENTAZIONE (famosissimi, ad esempio, gli esperimenti sui topi) per esempio ad un terzo addirittura della loro quantità presunta minima, LA LORO VITA MEDIA SI E' ALLUNGATA (in salute perfetta e con molte più energie) DI BEN OLTRE TRE VOLTE; ciò corrisponde per la specie umana esattamente AD UN UOMO CHE VIVE OLTRE I 300 ANNI, costantemente più giovanile di un ATTUALE QUARANTENNE ed in PERFETTA SALUTE;

4) Inoltre, a livello trofico qualitativo (qualità di alimenti), la gerotrofologia comparata qualitativa (relazionante categoria di alimenti e durata della vita media), proprio nei mammiferi, dimostra del tutto chiaramente che LA DURATA DELLA VITA MEDIA (e salute) è direttamente proporzionale (in modo addirittura esponenziale) ALL'ESIGUITA' DELLA PERCENTUALE PROTEICA dell'alimento specie-specifico.

   In altri termini, MINORE E' LA PERCENTUALE DI PROTEINE contenuta nell'alimento specie-specifico e MAGGIORE E' LA DURATA DELLA VITA MEDIA (E SALUTE), in maniera persino enormemente esponenziale.

   Ad esempio:

   I CARNIVORI [percentuale media proteica (del cibo specie-specifico) massima (naturale) (circa 5,6% in peso; si ricorda che il carnivoro, in natura, si nutre di TUTTO il cadavere della preda, comprese TUTTE le interiora, TUTTE le ENORMI masse proto-fecali dei LUNGHISSIMI intestini degli erbivori, le GRANDI masse di ossa, e TUTTI i loro analoghi, che ABBASSANO di MOLTO la media della percentuale proteica della cosiddetta "carne")] VIVONO, in natura, una media mondiale di circa 19 ANNI;

   GLI ERBIVORI [percentuale media proteica (del cibo specie-specifico) circa 2,7 volte inferiore a quella dei carnivori (circa 2,1% in peso)] VIVONO, in natura, una media mondiale di circa 31 ANNI;

   I FRUTTIVORI (gli altri primati antropomorfi), [percentuale media proteica (del cibo specie-specifico) circa 2,3 volte inferiore a quella degli erbivori (circa 0,9% in peso, relativo ai frutti intertropicali a loro specie-specifici)] VIVONO, in

natura, una media mondiale di OLTRE 87 ANNI.

Come si nota chiaramente, CI SI AVVICINA PIU' ALLO "ZERO PROTEICO" (percentuale in peso infinitesimale di assunzione proteica, proprio intorno allo 0%) E PIU' SI ALLUNGA LA VITA MEDIA, e addirittura PIU' SI E' VICINI ALLO ZERO PROTEICO E PIU', anche a diminuzioni SEMPRE PIU' PICCOLE di proteine assunte, SALE VELOCISSIMAMENTE, proprio nella maniera esponenziale persino massima, LA VITA MEDIA DELLA SPECIE ANIMALE:

Infatti, passando dai carnivori agli erbivori, ad una DIMINUZIONE PERCENTUALE PROTEICA DI BEN 2,7 VOLTE, CORRISPONDE ALLUNGAMENTO DI VITA MEDIA DI APPENA 1,6 VOLTE,

Mentre passando dagli erbivori ai fruttivori, ad una DIMINUZIONE PERCENTUALE PROTEICA DI APPENA 2,3 VOLTE, CORRISPONDE UN ALLUNGAMENTO DI VITA MEDIA DI BEN OLTRE 2,8 VOLTE.

Ora, per la specie umana malivora, essendo la percentuale proteica dell'alimento specie-specifico

ADDIRITTURA OLTRE 5,2 VOLTE INFERIORE PERSINO A QUELLA DEGLI ALTRI FRUTTIVORI (come abbiamo visto, la mela specie-specifica per la specie umana è la mela rossa stark, che ha una percentale proteica di circa 0,17% in peso),

anche usando solo i suddetti numeri e facendo il preciso calcolo matematico comparato con le altre suddette categorie trofiche di mammiferi con le relative proporzioni esatte, senza nemmeno considerare il potente fattore esponenziale aggiuntivo (intrinseco alla comparazione stessa), viene fuori un numero che rappresenta

LA VITA MEDIA ASSOLUTAMENTE MINIMA NATURALE (cioè con alimentazione specie-specifica MALIVORA) DELL'INDIVIDUO della SPECIE UMANA ma, si sottolinea, ASSOLUTAMENTE LA MINIMA, in quanto ad essa va aggiunto ancora l'enorme fattore esponenziale minimo:

OLTRE 551 (CINQUECENTOCINQUANTUNO) ANNI.

Ma il numero esatto che rappresenta LA VITA MEDIA MINIMA NATURALE RELATIVA ALLA SPECIE UMANA, è proprio quello che si ottiene considerando anche l'enorme fattore esponenziale minimo derivato dall'introduzione, nel calcolo comparato relativo alle diverse suddette categorie trofiche dei mammiferi, del gradiente differenziale presente tra i dati numerici nella comparazione tra carnivori ed erbivori, e reinserendolo nel gradiente differenziale relativo dapprima alla comparazione erbivoro-fruttivoro, e successivamente alla comparazione fruttivoro-malivoro: insomma, secondo la precisissima gerotrofologia comparata qualitativa, LA VITA MEDIA MINIMA NATURALE (cioè con alimentazione specie-specifica MALIVORA)

DELL'INDIVIDUO della SPECIE UMANA E' BEN OLTRE 3700 (TREMILASETTECENTO) ANNI.

Ora, se, a questo calcolo, inseriamo anche sia i dati relativi alla gerotrofologia comparata QUANTITATIVA, incrociati con la scienza dell'alimentazione umana moderna, che abbassano la percentuale proteica dell'alimento, ma anche LA QUANTITA' PROTEICA ASSOLUTA PRO-CHILO PRO-DIE PER L'ORGANISMO, e sia i dati relativi al fabbisogno proteico INDOTTO, che, anche con l'invarianza assoluta del pH ematico che porta l'usura proteica a livelli talmente infinitesimali da consentire una SINTESI PROTEICA A PERFETTA RICOMPOSIZIONE MOLECOLARE GENICA, determinano una ASSOLUTA INVARIANZA GENETICO-TEMPORALE, si ottiene che a rigore scientifico,

LA VITA MEDIA NATURALE (cioè con alimentazione specie-specifica MALIVORA) DELL'INDIVIDUO della SPECIE UMANA E' POTENZIALMENTE INFINITA (senza assolutamente un limite temporale predefinito).

Quindi, anche a livello numerico, la gerotrofologia comparata dimostra scientificamente la potenziale immortalità di base della struttura organica dell'uomo.

Dunque, L' UOMO sembra, potenzialmente, PERFETTAMENTE IMMORTALE.

5) Tutto ciò coincide, ancora perfettamente, anche con gli studi sulla cellula singola e con quelli sulle 3 specie animali predette: il blocco assolutamente totale dei processi d'invecchiamento (addirittura invertito a perfezionamento) AVVIENE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN UNA SITUAZIONE DI ALIMENTAZIONE (e specialmente quantità proteica)

ASSOLUTAMENTE E TOTALMENTE MINIMA, e di QUALITA' (cioè TIPO DI ALIMENTO) DEL TUTTO IDEALE per quella specie cellulare o animale. Nella specie umana tutto ciò corrisponde perfettamente proprio a ciò che indicano chiaramente tutte le altre scienze inerenti (paleoantropologia, anatomia comparata, morfologia funzionale

comparata fito-zoologica, fisiologia comparata, scienza dell'alimentazione moderna, ecc.): a livello qualitativo

LA MELA (rossa stark-deliziosa) (alimento del tutto specie-specifico e, a livello proteico, è proprio IL FRUTTO, ad edibiltà totale, A MINORE QUANTITA' DI PROTEINE IN ASSOLUTO);

A livello anche quantitativo tutti i dati scientifici indicano chiaramente ed incredibilmente la quantità ideale: UNA MELA (rossa stark-deliziosa) AL GIORNO (delle dimensioni della mano semiaperta dell'individuo stesso in fase di raccolta del frutto medesimo).

6) Innumerevoli conferme di ciò giungono anche dalla biologia molecolare moderna: ad esempio, la CAUSA PRINCIPALE ED ASSOLUTAMENTE CENTRALE DI TUTTI I PROCESSI D'INVECCHIAMENTO, anche nella specie umana, è stata individuata, infatti, esattamente negli

ERRORI DI DUPLICAZIONE DEL DNA

nella ricomposizione molecolare genica post-trascrizionale ribonucleica in fase di sintesi proteica,

LA QUANTITA' DEI QUALI E' DIRETTAMENTE PROPORZIONALE PROPRIO ALL'USURA PROTEICA (che determina precisamente la quantità di sintesi proteica) all'interno dell'organismo, LA QUALE, a sua volta, come abbiamo visto,

E' DIRETTAMENTE PROPORZIONALE SPECIALMENTE AL DISEQUILIBRIO ACIDO-BASE (pH)
[da ricordare sempre che la mela (rossa stark-deliziosa) è l'unico frutto ed alimento al mondo a determinare il pH ematico fisiologiamente perfetto di 7,41].

[Il fortissimo disequilibrio acido-base, l'intossicazione aspecifica e le conseguenti altissime usura proteica e genetica, dovute al consumo di cosiddetto "cibo" aspecifico, sono anche i fattori principali responsabili dell'usura telomerica, per la quale, è stato rilevato, in fase melariana specialmente avanzata, divenire totalmente AZZERATA; ciò vale per QUALSIASI altra struttura direttamente o indirettamente collegata a TUTTI i processi d'invecchiamento, soprattutto della specie umana].

Compatibilità tra la totalità dei suddetti parametri alimentari ed i parametri dei singoli "cibi": individuazione analitica dell' UNICO ALIMENTO GERO-STAZIONARIO MA ADDIRITTURA BIO-PERFEZIONANTE

Ora, tutti questi parametri elencati nel paragrafo precedente, sono assolutamente essenziali per poter individuare con perfetta esattezza la loro compatibilità con l'alimento che può, anche solo potenzialmente, sia biochimicamente che fisiologicamente, determinare una sostanziale situazione di EQILIBRIO GENETICO TOTALE, tale che, consentendo una sua ESPRESSIONE FENOTIPICA (immagine esterna della persona)

PRESSOCHE' COSTANTE, E ADDIRITTURA IN FASE CONTINUA DI PERFEZIONAMENTO,

si determini quello che la scienza definisce appunto FISIOLOGIA STAZIONARIA, fino a raggiungere persino l'evolutissima FISIOLOGIA PERFEZIONANTE.

Quindi, potendosi riassumere tutti i predetti parametri IN 2 REQUISITI principali RISULTANTI, PER BLOCCARE, E ADDIRITTURA INVERTIRE, I PROCESSI D'INVECCHIAMENTO nella specie umana, fino a divenire naturalissimi PROCESSI DI PERFEZIONAMENTO, dovremmo trovare UN'ALIMENTO CHE ABBIA CONTEMPORANEAMENTE ALMENO 2 QUASI IMPOSSIBILI CARATTERISTICHE:

1) Quella di EVITARE DI ALTERARE ASSOLUTAMENTE IL pH EMATICO E CITOPLASMATICO DAL VALORE PERFETTAMENTE OTTIMALE FISIOLOGICO DI 7,41, per quasi bloccare i processi di usura proteica, e, quindi, per quasi bloccare la famosa necessità di ricambio cellulare, il che tra l'altro porta ovviamente AL QUASI AZZERAMENTO DEL FABBISOGNO PROTEICO STESSO;

2) Quella di POSSEDERE LA QUANTITA' MINIMA IN ASSOLUTO DI PROTEINE, ma anche in maniera fisiologica tale da rallentare al massimo, in modo da consentirne LA MASSIMA EFFICIENZA, tutta la procedura di SINTESI PROTEICA, che è proprio esattamente quella che può determinare gli errori di duplicazione del DNA

[che sono precisamente quelli che dettano la caratterizzazione fenotipica (cioè strutturale, quindi anche visibile ad occhio nudo) di assolutamente tutta la sintomatologia esterna dei processi d'invecchiamento (come rughe sul viso

e resto del corpo, capelli e peli bianchi, perdita di elasticità della pelle, cedimento strutturale della pelle, specialmente del viso, disidratazione cellulare di tutti gli organi e tessuti, ecc.)].

ENTRAMBE QUESTE ASSOLUTAMENTE ESSENZIALI CARATTERISTICHE SONO POSSEDUTE DA UN SOLO ED ESCLUSIVO ALIMENTO AL MONDO, E DA NESSUN ALTRO: sempre lei,

LA MELA (rossa stark-deliziosa).

Di più, mentre NESSUNA di queste 2 caratteristiche è posseduta, ANCHE SOLO SINGOLARMENTE, DA NESSUN ALTRO "CIBO" AL MONDO, la MELA, addiritura, LE POSSIEDE ENTRAMBE CONTEMPORANEAMENTE.

Conferma STATISTICA MONDIALE, anche dell'OMS A livello più pratico, una delle moltissime prove scientifiche di questa questione, è che, proprio le stesse statistiche mondiali, anche dell'OMS, vanno nella stessa identica direzione.

LE 3 POPOLAZIONI STATISTICAMENTE PIU' LONGEVE AL MONDO (alcuni superano tranquillamente i 120 anni, ed hanno anche l'età fertile più alta di tutto il pianeta) SONO PROPRIO QUELLE CHE CONSUMANO LA PIU' ALTA PERCENTUALE DI FRUTTA IN ASSOLUTO (anche se mai altissima), e, al limite, "cibi" molto ricchi di acqua (fisiologica): gli Unza, alcune popolazioni dell'area Vilka Bamba, ed alcune popolazioni di determinate zone del Caucaso.

Conferma SCIENTIFICA MONDIALE, da INNUMEREVOLI ESPERIENZE INDIVIDUALI, da provare anche a livello personale Ma una delle prove scientifiche più evidenti in assoluto relative a tutto quanto sopra, sono proprio le ormai MIGLIAIA DI ESPERIENZE PERSONALI in tutto il mondo (che si consiglia di provare anche personalmente): LA GRADUALE SCOMPARSA, tipica nelle persone che passano (gradualmente) al melarismo (e fruttarismo a base di mele) DEI CAPELLI BIANCHI (che tornano gradualmente neri);

LA GRADUALE SCOMPARSA DELLE RUGHE (la pelle gradualmente ritorna liscia quasi come quella di un bambino), e la decisa tendenza, anche per ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI SINTOMI DI INVECCHIAMENTO, AL CONTINUO E COSTANTE MIGLIORAMENTO, FINO ALLA TOTALE LORO SCOMPARSA, la cui velocità dipende specialmente a seconda del livello di melarismo (o fruttarismo a base di mele) condotto.

Ciò mai stupisce gli scienziati in quanto, ad esempio, il viraggio alla scurezza del capello è data dalla semplice riformazione della melanina al suo interno, dovuta alla semplicissima disintossicazione aspecifica della sua struttura, mentre uno dei fattori più essenziali in assoluto che determina l'ALLISCIAMENTO gradualmente anche totale della pelle è la struttura molecolare della famosissima CARNITINA, inserita disperatamente dalle case farmaceutiche nelle creme "anti-invecchimento" della pelle di tutto il mondo, con però gradi di assorbimento e assimilazione quasi nulli, e sempre minori con l'andar del tempo.

Questo perchè la carnitina per reinserirsi nella pelle in maniera metabolicamente costante e crescente nel tempo è necessario il pool enzimatico, coenzimatico (vitaminico) e di oligoelementi (sali minerali) assolutamente specie-specifico per la nostra specie, che ne consentono l'assimilazione diretta solo ed esclusivamente dall'interno della pelle stessa (cioè solo per via alimentare): la MELA, come al solito, è assolutamente L'UNICO ALIMENTO a possedere completamente ed abbondantemente QUEL POOL,

E' IL FRUTTO A PIU' ALTO CONTENUTO IN ASSOLUTO DI CARNITINA, MA E' ADDIRITTURA IL PIU' RICCO DI CARNITINA IN ASSOLUTO TRA TUTTI I "CIBI" VEGETALI DELL'INTERO PIANETA.

Conferma dalla CULTURA PROFONDA E ANTICHISSIMA di tutte le varie civiltà, specialmente ultramillenarie, DELL'INTERO PIANETA

TUTTI I MITI E LEGGENDE, a livello planetario, sull'IMMORTALITA' ED ETERNITA' dell'uomo,
SI RIFERISCONO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ALLA MELA, e che concordano incredibilmente a prescindere dalla nazione, area geografica o continente, anche a riprova dell'importanza fondamentale, addirittura essenziale, che l'uomo ha da sempre attribuito a questo frutto. Ad esempio:

- nella mitologia scandinava troviamo che solo la MELA donava l'ETERNA GIOVINEZZA, tanto che Indhunn le teneva ad Asgard esclusivamente per questo;

- in quasi tutte le più grandi e antiche culture dell'intero pianeta, la MELA donava talmente l'IMMORTALITA' che era considerato L'UNICO FRUTTO DEGLI DEI;

- nella antica mitologia greca, IL DIO PIU' IMMORTALE ED ETERNO IN ASSOLUTO era proprio IL DIO DI TUTTI GLI DEI STESSI, GIOVE (ZEUS), ed il suo SEGRETO era proprio un suo esclusivo ALBERO PERSONALE DI MELE che aveva accuratamente affidato alle Esperidi;

- in una delle più antiche e grandi culture a livello mondiale, quella dell'antico Egitto, PER TUTTI GLI DEI (OVVIAMENTE ULTRAIMMORTALI) EGIZIANI LA MELA ERA L'UNICO FRUTTO DESIDERATO ARDENTEMENTE;

- in una leggenda della Normandia, proprio per ottenere l'IMMORTALITA' E L'ETERNA BELLEZZA, Teti rubò a Venere solo ed esclusivamente UNA MELA, usando poi i semi per creare i MELETI anche sulla Terra;

- nel Paradiso medievale c'erano solo MELE luminose e fatate che donavano l'IMMORTALITA' anche ai bambini;

- nella cultura di un periodo precedente, solo le MELE potevano donare l'IMMORTALITA' a pochi monaci fortunati che le coglievano nell'Eden;

- la MELA diventò persino IL SIMBOLO DELLA VITA ETERNA e della Terra stessa, il simbolo del POTERE ASSOLUTO durante il Sacro Romano Impero, e addirittura di DIO STESSO all'epoca di Dante (come riporta egli stesso);

- nel nord dell'Inghilterra, la MELA era talmente simbolo di ETERNITA' che era usata anche per indovinare il futuro;

- Alessandro Magno descrive un suo incontro con i monaci in una zona del Medio Oriente che vivevano DA OLTRE 300 ANNI di SOLO MELE in perfetta salute;

- addirittura dall'altra parte del mondo, per l'antichissima cultura dei pellerossa Irochesi, un albero di MELE era il centro del cielo ETERNO;

- come già citato nel primo capitolo, nella stesso libro della GENESI, contenuto anche nella BIBBIA CRISTIANA, secondo i medesimi studiosi ebrei della VERSIONE ORIGINALE dei MANOSCRITTI antichissimi della Genesi, e come accenna anche la versione della Genesi attuale, il Paradiso (da "paradeisos" che significa esattamente "frutteto") Terrestre era costituito esattamente di una sola tipologia di albero da frutta,

  L'"ALBERO DELLA VITA", CHE ERA PROPRIO ESATTAMENTE UN MELO;

  la stessa Genesi, anche nella versione attuale, poi è chiarissima: GRAZIE PROPRIO A QUESTO FRUTTO Adam e Chava (Adamo ed Eva) ERANO ASSOLUTAMENTE IMMORTALI (ovviamente solamente finchè si nutrivano solo di MELE, nel Paradiso Terrestre).

  [Infatti, come spiega sempre la Genesi stessa, esclusivamente dopo che furono cacciati dal Paradiso Terrestre (la Genesi su questo è chiarissima: non fu assolutamente per una mela, ma per aver mangiato un fico, cioè dall'"albero della conoscenza del bene e del male", che li ha fatti accorgere anche di essere nudi, coprendosi subito con una delle sue foglie, la famosa foglia di fico), ancora secondo la stessa Genesi, A CIRCA 900 ANNI, nutrendosi poi di altro "cibo" ("estratto dalla terra col sudore", come spiega ancora la Genesi), morirono intorno ai 950 anni].

- Ecc.

CONCLUSIONE SCIENTIFICA della GERONTOLOGIA MODERNA

La conclusione scientifica è che se c'è una sola possibilità al mondo per L'IMMORTALITA' DELLA SPECIE UMANA, TUTTO (ciò detto sopra, dall'analisi scientifica in poi, e moltissimo altro) indica in modo assolutamente chiaro e netto che, sia scientificamente che "tecnicamente",

CIO' E' POSSIBILE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON IL MELARISMO (soprattutto dalla fase M2, effettuato come specificato) (o, a maggior ragione, con il predetto RESPIRARISMO).

Cap. 7: ECOSISTEMICA moderna

L' ECOSISTEMICA è la scienza che studia la totale configurazione strutturale e dinamica di un ecosistema, dal singolo microecosistema fino all'ecosistema globale, relativo cioè all'intero pianeta.

L'ecosistemica MODERNA, ovviamente, come sempre lo fa nella maniera più approfondita, e soprattutto sfruttando tutti gli avanzatissimi strumenti e branche della predetta OLOSCIENZA, a cominciare dall'enormemente efficace incrocio dei dati di moltissime discipline scientifiche.

Un ECOSISTEMA è un sistema (cioè un insieme ad elementi interconnessi, in questo caso ipercomplesso, formato da addirittura innumerevoli miliardi di miliardi di unità strutturali, da tutte le particelle subatomiche fino a tutti gli organismi, presenti in esso) costituito di solo ed esclusivamente 3 componenti (generali): minerale, vegetale ed animale.

Equilibrio ecosistemico ed impatto ecosistemico:

PROCEDURA, anche sociale, economica e politica, URGENTE per la SALVEZZA della SPECIE UMANA

Come per qualsiasi sistema materiale dell'universo, l'equilibrio ecosistemico si ha quando le predette 3 componenti, minerale , vegetale ed animale, acquisiscono una situazione di minima energia.

Entrando più nel dettaglio, in condizioni di equilibrio geologico, quando ogni specie ANIMALE e VEGETALE di un ecosistema è in equilibrio TROFICO, cioè in cui ogni specie animale e vegetale si nutre con alimenti ADATTI alle rispettive specie, si ha, per una sequenza di conseguenze a catena, il cosiddetto EQUILIBRIO ECOSISTEMICO.

L'ALTERAZIONE di questo equilibrio ecosistemico da parte di una determinata CAUSA, si definisce IMPATTO ECOSISTEMICO (o ambientale) di quest'ultima.

Riguardo la SPECIE UMANA, la VARIAZIONE TROFICA (alimentare) PROVVISORIA avvenuta 1,8 milioni di anni fa (descritta nel capitolo relativo alla Paleoantropologia moderna) per effetto della prima grande glaciazione planetaria, COSTITUI', E COSTITUISCE ANCORA OGGI, con le già evidenziate sue conseguenze dirette ed indirette,

DEL TUTTO L'UNICA CAUSA DI IMPATTO AMBIENTALE, ORMAI SU SCALA MONDIALE, DELLA NOSTRA SPECIE.

Quindi, a rigore scientifico, ASSOLUTAMENTE TUTTE le altre presunte "cause" di impatto ambientale, come già descritto nel predetto capitolo, e come vedremo meglio più avanti, sono altro che, anche loro,

SEMPLICISSIME CONSEGUENZE, DIRETTE O INDIRETTE, della predetta VARIAZIONE TROFICA PROVVISORIA.

Quest'ultima, fino a che ha riguardato una popolazione mondiale di poche migliaia, o milioni di esseri umani del passato, ha influito decisamente solo su un piccolo ecosistema di una piccola parte del pianeta.

Oggi, però, con una popolazione mondiale che è passata da 1,5 miliardi nel 1900, ad addirittura 6 miliardi nel 2000, e 7 miliardi nel 2010, e con un ritmo di crescita ancora esponenziale, la predetta VARIAZIONE TROFICA PROVVISORIA HA UN IMPATTO AMBIENTALE ORMAI TOTALMENTE DISTRUTTIVO SULL'INTERO PIANETA.

La suddetta VARIAZIONE TROFICA PROVVISORIA è diventata addirittura SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE, cioè ZOOTECNIA E AGRICOLTURA, che con il suo enorme indotto di macchinari, mezzi e risorse utilizzate, e le sue predette CONSEGUENZE DIRETTE E INDIRETTE (che vanno a costituire l'intero quadro di impatto ambientale antropico globale), sta minacciando, persino a breve termine, L'ESISTENZA STESSA DELLA NOSTRA SPECIE SU QUESTO PIANETA.

Il sistema che usa la natura per liberarsi di un sistema materiale, come quello umano, che la ostacola verso l'acquisizione costante di una situazione ecosistemica a minima energia, e quindi di equilibrio ecosistemico, è ovviamente l'estinzione, come ha già fatto innumerevoli volte nel corso dei miliardi di anni.

Finora, dal costituire causa di disequilibrio ecosistemico, si sono salvate solo ed esclusivamente le rarissime specie che, per varie coincidenze, sono rientrate in equilibrio ecosistemico, cioè nella loro nicchia ecologica naturale.

Se la specie umana può farcela, a questo punto, può contare, oltre che sulla sua parte razionale, SOPRATTUTTO FONDAMENTALMENTE SUL SUO "CUORE", che, insieme, sono i due elementi principali che può usare

PER REINSERIRSI NELLA SUA NICCHIA ECOLOGICA NATURALE, prima che la natura scelga di farci estinguere come specie, per riacquisire la situazione di minima energia. Lo scopo di questo testo è anche e soprattutto questo. LA

SALVEZZA DEL SISTEMA MATERIALE CHIAMATO SPECIE UMANA DIPENDE, quindi, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DAL RICOLLOCARSI IMMEDIATAMENTE IN UNA SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA ECOSISTEMICA,

in cui cioè ogni unità strutturale di ogni individuo della nostra specie, dalla nostra materia non barionica alle nostre cellule, ritorni in sintonia con i sistemi particellari esterni.

In termini più semplici, come abbiamo accennato, LA SALVEZZA DEL SISTEMA MATERIALE UMANO GLOBALE DIPENDE DAL REINSERIRCI NELLA NOSTRA NICCHIA ECOLOGICA NATURALE, operazione per la quale, visto che fortunatamente l'equilibrio post-glaciale si è ricostituito, è del tutto sufficiente, come elemento causale,RIACQUISIRE IL NOSTRO RUOLO BIOLOGICO, ECOSISTEMICO, NATURALE: quello di COMPONENTE ANIMALE DELLA DISSEMINAZIONE ZOOCORA.

Più avanti spiegheremo meglio il significato e l'estrema importanza scientifica di questo nostro ruolo naturale ecosistemico; per il momento diciamo che per ottenerlo è del tutto sufficiente il RIASSETTO TROFICO dell'intera specie umana, IL RIASSETTO, quindi, DEL MODELLO NATURALE FRUTTIVORO, IN PARTICOLARE MALIVORO, DELLA NOSTRA SPECIE, strutturatosi, come abbiamo visto, in numerosi milioni di anni, con priorità sociale, economica e politica assoluta ed urgentissima, prima che sia troppo tardi.

Oltre le scelte personali immediate, che sono altrettanto fondamentali anche per dare una direzione di marcia da subito, in termini ancora più pratici serve una POLITICA MONDIALE, partendo anche da DIRETTIVE, o addirittura risoluzioni, dell'ONU, di CONVERSIONE INDUSTRIALE, assolutamente contemporanea, del SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE, e del SETTORE URBANISTICO MONDIALE.

Più precisamente, serve una CONVERSIONE INDUSTRIALE ALIMENTARE IMMEDIATA dalla zootecnia (carne animale e prodotti animali) alla CARPOTECNIA (da "karpos"= frutto) [carne fruttariana e prodotti fruttariani analoghi a quelli animali e vegetali diversi da frutta (vedere anche il ricettario fruttariano nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione); la carpotecnia è assolutamente indispensabile per una società minimamente sostenibile, in quanto ha finalmente un impatto ambientale oltre 10 volte inferiore alla zootecnia analoga, e, soprattutto, come abbiamo visto, una qualità nutrizionale per la specie umana enormemente superiore], e, allo stesso tempo, serve una CONVERSIONE INDUSTRIALE URBANISTICA IMMEDIATA, dall' urbanistica insostenibile (la rete insediativa delle primitive ed energivore città) all' URBANISTICA SOSTENIBILE [la modernissima rete di ecovillaggi, che analizzeremo più avanti, e che andranno inseriti proprio anche nel contesto dei territori che saranno liberati dalla zootecnia (visto che, a parità di peso di "cibo" prodotto, anche la superficie di territorio carpotecnico è oltre 10 volte inferiore a quello zootecnico), territori zootecnici che oggi, direttamente o indirettamente, ammontano addirittura a più di 4,5 miliardi di ettari sui 5 direttamente antropizzabili dell'intero pianeta].

Impatto ecosistemico ed impatto etico del consumo di CARNE e PESCE:

UN MASSACRO GIORNALIERO DI CENTINAIA DI MILIONI DI PERSONE A QUATTRO (o diverso numero di) GAMBE, CATASTROFICO SUL PIANO DELLA NOSTRA UNICA SALUTE, DEI MILIARDI DI PERSONE UMANE CHE MUOIONO PER FAME, E DEL NOSTRO UNICO PIANETA

Per produrre carne, e tutti i prodotti di origine animale, bisogna prima produrre una

QUANTITA' ENORME DI VEGETALI DA DARE DA MANGIARE ALL'ANIMALE, DALLA SUA NASCITA, OGNI GIORNO, PER MOLTI MESI O ANNI,

fino alla sua uccisione e macellazione del cadavere (ad esempio un bovino mangia una quantità in peso pari a quella che mangiano ben oltre 12 uomini),

OLTRE CHE L' ENORME QUANTITA' DI RISORSE NECESSARIE PER LA RELATIVA AGRICOLTURA

(nel nord del pianeta, ADDIRITTURA OLTRE L'85% DELL'AGRICOLTURA PRODUCE PER L'ALLEVAMENTO), (acqua, petrolio, macchinari, manutenzione, veterinaria, farmaci, fertilizzanti, antiparassitari, anticrittogamici, personale addetto, sua stessa alimentazione, ecc.), E TUTTO CIO' VA MOLTIPLICATO PER GLI INNUMEREVOLI MILIARDI DI ANIMALI CHE VENGONO MASSACRATI OGNI ANNO (nei prossimi paragrafi vedremo anche come ciò provoca direttamente la morte per fame di miliardi di persone umane nel mondo).

Proprio per questo motivo dobbiamo sprecare i predetti ADDIRITTURA PIU' DI 4,5 MILIARDI DI ETTARI DI TERRITORIO MONDIALEì SUI SOLI 5 DIRETTAMENTE DISPONIBILI PER LA NOSTRA SPECIE,

invece di goderceli e senza distruggerli come ora, potendo stare in comodissimi e larghi ECOVILLAGGI di stupende e modernisime eco-villette con giardino, invece di vivere letteralmente uno sopra all'altro, in scomodissimi e orrendi palazzoni delle primitivissime cosiddette città. Come vedremo meglio più avanti, tra effetti diretti ed indiretti, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER DARE DA MANGIARE alle mucche ed i restanti animali da allevamento di tutto il pianeta,

abbiamo dovuto e continuiamo sempre più velocemente A DISTRUGGERE LE NOSTRE FORESTE, A PROVOCARE ED ACCELERARE LA TREMENDA DESERTIFICAZIONE,

A PROVOCARE L'EFFETTO SERRA E LE RELATIVE CATASTROFI CLIMATICHE SEMPRE PIU' GRAVI E SEMPRE PIU' GLOBALI, A PROVOCARE LA STRAGE GIORNALIERA PER FAME NEL MONDO, ecc. oltre che, di conseguenza (come abbiamo visto), AD INVENTARCI LETTERALMENTE, anche con i restanti prodotti vegetali diversi da mele e frutta, ASSOLUTAMENTE TUTTE LE COSIDDETTE MALATTIE, che provocano enormi sofferenze in miliardi di persone nell'intero pianeta.

PERSINO LA PRODUZIONE DI PESCE DETERMINA, OLTRE CHE LA DISTRUZIONE DEI RELATIVI ECOSISTEMI ACQUATICI, ANCHE ED ORMAI SOPRATTUTTO LA DISTRUZIONE DEGLI ECOSISTEMI PROPRIO SULLA TERRAFERMA.

Attualmente, infatti, dopo la distruzione quasi totale degli ecosistemi marini specialmente costieri fornitori di pesce, la produzione prevalente di pesce su scala mondiale si è spostata, ed in aumento esponenziale, sulla terraferma, in una ZOOTECNIA ITTICA che produce pesce da vasche artificiali e con mangime purtroppo prodotto proprio dalla terraferma, produzione alimentare per animali acquatici da allevamento che si va distruttivamente ad aggiungere alla già massacrante produzione alimentare per gli animali terrestri da Allevamento.

Quindi, oggi, e sempre più velocemente, ANCHE LA PRODUZIONE DI PESCE CONSUMA TERRRITORIO ADDIRITTURA SEMPRE PIU' ENORME DI SUPERFICIE DI TERRAFERMA STESSA.

Ovviamente, oltre il massacrante impatto ambientale (parallelo a quello salutistico, sociale ed economico), C'E' L'ASSOLUTAMENTE INACCETTABILE IMPATTO ETICO, soprattutto per una psicologia di primate fruttivoro come quella della nostra specie,

PER IL MASSACRO GIORNALIERO DI ADDIRITTURA MILIARDI DI ANIMALI, TERRESTRI ED ACQUATICI, CHE, ESATTAMENTE COME NOI, HANNO LA CAPACITA' DI SOFFRIRE.

Ad esempio, la sofferenza per LA MORTE PER ASFISSIA DEL PESCE quando viene separato dall'acqua (il pesce, infatti, muore proprio per mancanza di ossigeno, in quanto le sue branchie lo possono prendere solo dall'acqua, che ne è addirittura molto più ricca dell'atmosfera stessa)

E' PRECISAMENTE QUELLA CHE PROVA UN UOMO QUANDO QUALCUNO GLI AFFERRA LA TESTA E GLIE LA TIENE FORZATAMENTE SOTT'ACQUA IN UNA VASCA DA BAGNO;

l'uomo, per cercare di divincolarsi e ritogliere la testa dall'acqua, cerca anche disperatamente di agitare tutta la sua parte posteriore,

PROPRIO ESATTAMENTE COME FA UN PESCE QUANDO SBATTE LA CODA PER CERCARE ISTINTIVAMENTE E DISPERATAMENTE DI RITORNARE NELL'ACQUA.

Ovviamente, nell'impatto etico del consumo di carne e pesce VA AGGIUNTO ANCHE IL GIGANTESCO NUMERO DI PIANTE (che ormai, come vedremo meglio, è ormai dimostrato scientificamente che SONO ESSERI VIVENTI DEL TUTTO SENZIENTI COME NOI) CHE VANNO UCCISE PER ESSERE DATE IN PASTO AI SUDDETTI ANIMALI D'ALLEVAMENTO (fatti riprodurre FORZATAMENTE in NUMERO ESTREMO proprio per essere mangiati).

Impatto ecosistemico ed impatto etico del consumo di UOVA:
l'impatto etico E' ADDIRITTURA 3 VOLTE SUPERIORE a quello di carne e pesce

Riguardo l'impatto ecosistemico del consumo di uova, vale lo stesso identico discorso fatto per il consumo di carne e pesce. Riguardo l'impatto etico del consumo di uova, invece, esso è ADDIRITTURA 3 VOLTE SUPERIORE a quello di carne e pesce.

Infatti, mentre quando si mangia carne si uccide un animale, quando si mangia pesce si uccide un animale, quando si mangiano UOVA SI UCCIDONO ADDIRITTURA 3 ANIMALI.

Questo semplicemente perchè per produrre un uovo ci vuole una mamma gallina; ma, sia per il contadino singolo, sia per l'allevamento biologico, sia per l'allevamento convenzionale, succede che dopo i soli due anni di età la gallina comincia a produrre meno uova, e quindi, calando il guadagno economico relativo, E' insostenibile economicamente pagare il cibo per nutrire una gallina che produce troppe poche uova per poterci ricavare un margine di profitto, per cui, di conseguenza,

LA MAMMA GALLINA VIENE IMMEDIATAMENTE UCCISA (un animale che, in natura, vive fino ad oltre 10 anni). ED E' UN PRIMO ANIMALE UCCISO. Ma la mamma gallina uccisa và immediatamente sostituita con un altra gallina, quindi

vengono incubate delle uova per farne nascere un'altra, ma c'è un problema: ovviamente il 50% delle uova danno figli maschi, degli stupendi e tenerissimi pulcini, che nemmeno si possono far crescere per farli diventare carne perchè la razza è solo ovaiola e non è buona come carne, quindi

ASSOLUTAMENTE TUTTI I PULCINI MASCHI VENGONO IMMEDIATAMENTE LETTERALMENTE TRUCIDATI, di solito triturati vivi per farne mangime (basta vedere i filmati, anche su internet).

Il figlio maschio della mamma gallina, quindi, viene subito ucciso. ED E' UN SECONDO ANIMALE UCCISO.

La figlia femmina, altro stupendo e tenerissimo pulcino, invece, dopo il tempo appena sufficiente per un accrescimento veloce, la costringono a sostituire la mamma appena uccisa, e, quindi, dopo altri due anni di sofferenze, privata della libertà come macchina da uova, VIENE ANCHE LEI UCCISA IMMEDIATAMENTE.

Anche la figlia femmina della mamma gallina, quindi, viene uccisa. ED E' UN TERZO ANIMALE UCCISO.

MANGIARE UOVA SIGNIFICA ESATTAMENTE UCCIDERE ADDIRITTURA 3 ANIMALI: LA MAMMA E TUTTI I SUOI DUE FIGLI.

Altro dato fondamentale: produrre un uovo non fecondato è un'altra ennesima enorme violenza nei confronti della mamma gallina; in natura, come per qualsiasi altro uccello, SONO ASSENTI UOVA INFECONDE.

PER PRODURRE UOVA INFECONDATE LE GALLINE SONO LETTERALMENTE COSTRETTEA NON VEDERE MAI UN GALLO PER TUTTA LA LORO VITA.

E' esattamente come costringere una donna a mai vedere un uomo per tutta la sua vita. Un altro dato fondamentale: produrre uova ogni giorno è un'altra ennesima enorme violenza nei confronti della gallina.

In natura una gallina, come tutti gli altri uccelli, PRODUCE UOVA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UNA VOLTA L'ANNO: in primavera (ed esattamente nel periodo in cui il gallo è fecondo, quindi, in natura, ASSOLUTAMENTE ASSOLUTAMENTE UOVA INFECONDATE).

Infatti, per stravolgere la loro delicatissima fisiologia, per fargli cioè deporre innumerevoli più uova di ciò che per loro è naturale, sia il contadino singolo, che l'industria, biologici o meno, danno loro da mangiare molto più di quello che mangerebbero in natura, oltre a farle muovere il meno possibile proprio per bruciare meno calorie, anche col solo recinto del contadino [in natura, quando la gallina ha la sua dovuta e sacra (come per tutti noi viventi) libertà, essa, nutrendosi solo ed esclusivamente delle cose che si sceglie, introduce moltissime meno calorie, ma addirittura le brucia immediatamente perchè, proprio essendo libera, si muove anche addirittura per chilometri, vola su gli alberi e scende da essi anche più volte al giorno].

In particolare la gallina è una specie bipara o tripara: cioè nel suo nido PRODUCE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UN TOTALE DI DUE O, AL MASSIMO, TRE UOVA (SEMPRE ASSOLUTAMENTE UNA, ED UNA SOLA, VOLTA L'ANNO) che cova, con l'accuratezza che può avere solo una mamma, per 21 giorni, dopo i quali nascono i relativi 2 o 3 figli, i pulcini. Stesso identico analogo discorso vale per la produzione di uova di qualsiasi altra specie animale (tacchini, struzzi, ecc.).

Impatto ecosistemico ed impatto etico del consumo di LATTE (e suoi derivati): l'impatto etico E' ADDIRITTURA 4 VOLTE SUPERIORE a quello di carne e pesce

Riguardo l'impatto ecosistemico del consumo di latte e dei suoi derivati, vale, ovviamente, ancora lo stesso identico discorso fatto per il consumo di carne e pesce.

Riguardo l'impatto etico del consumo di latte, invece, esso è ADDIRITTURA 4 VOLTE SUPERIORE a quello di carne e pesce.

Come prima, infatti, mentre quando si mangia carne si uccide un animale, quando si mangia pesce si uccide un animale, quando si beve LATTE, o si consumano suoi DERIVATI, SI UCCIDONO ADDIRITTURA 4 ANIMALI.

Il motivo è molto semplice: per produrre latte ci vuole una mamma mucca; ma, come sopra, sia per il contadino singolo, sia per l'allevamento biologico, sia per l'allevamento convenzionale, succede che dopo i soli due o tre anni di età, la mucca comincia a produrre meno latte e, quindi, calando il guadagno economico relativo, è insostenibile economicamente pagare il cibo per nutrire una mucca che produce troppo poco latte per poterci ricavare un margine di profitto, per cui, di conseguenza,

LA MAMMA MUCCA VIENE IMMEDIATAMENTE UCCISA (un animale che, in natura, vive fino oltre 30 anni). ED E' UN PRIMO ANIMALE UCCISO. Ora, come tutti i mammiferi, la mucca produce latte solo dopo che nascono i suoi figli, i vitelli,

quindi per la semplice sostenibilità economica relativa alla stessa enorme quantità di cibo che deve ingerire,

DEVE ESSERE COSTRETTA PER TUTTA SUA (pur breve) VITA AD ESSERE, ADDIRITTURA DEL TUTTO CONTINUATIVAMENTE, INCINTA:

ora, come sempre, il 50% dei figli sarà maschio, e siccome non potrà mai produrre latte, ALL'ETA' DI APPENA 4 MESI, IL FIGLIO MASCHIO VIENE IMMEDIATAMENTE UCCISO. ED E' UN SECONDO ANIMALE UCCISO.

La figlia femmina viene, invece, subito costretta a sostituire la mamma uccisa, e, quindi, dopo altri due o tre anni di sofferenze, privata della libertà come macchina da latte,VIENE ANCHE LEI UCCISA IMMEDIATAMENTE. ED E' UN TERZO ANIMALE UCCISO.

Ma per produrre continuamente latte per due o tre anni, la mucca madre iniziale deve essere forzata a fare almeno 3 figli, e, quindi, anche il terzo figlio, SE MASCHIO VERRA' UCCISO A 4 MESI, SE FEMMINA VERRA' UCCISA A 2 O 3 ANNI. ED E' UN QUARTO ANIMALE UCCISO.

BERE LATTE (O CONSUMARE I SUOI DERIVATI) SIGNIFICA ESATTAMENTE UCCIDERE ADDIRITTURA 4 ANIMALI: LA MAMMA E TUTTI I SUOI TRE FIGLI.

Altro dato fondamentale: in natura, NESSUN MAMMIFERO PRODUCE ASSOLUTAMENTE MAI PIU' LATTE DI QUELLO CHE STRETTISSIMAMENTE SERVE A SUO FIGLIO (per il semplice principio della minima energia).

Far produrre anche una sola goccia di latte più di ciò significa un'ennesima grande violenza:

costringere la mamma mucca a nutrirsi in modo del tutto innaturale per la sua specie; per esempio, ad un erbivoro, adatto solo ed esclusivamente ad erba fresca, viene data erba secca, molto più concentrata e quindi patogena, o peggio semi, enormemente più concentrati e quindi molto più patogeni, come grano e soia, o ancora di molto peggio e, ovviamente, di conseguenza, ammalandosi, vengono somministrati loro farmaci che si ritrovano poi automaticamente sempre anche nel loro latte prodotto.

Al figlio viene dato addiritura solo latte artificiale, e, quindi, cresce assolutamente malato.

E' ESATTAMENTE COME SE LO FACESSERO AD UNA DONNA E A SUO FIGLIO.

Altro dato fondamentale: anche solo il fatto di essere costretta a produrre latte, ed essere addirittura munta artificialmente, e per di più per tutta la sua vita, sono altre ennesime enormi violenze per la mucca e suo figlio.

E' ESATTAMENTE COME SE LO FACESSERO AD UNA DONNA E A SUO FIGLIO.

Altro dato fondamentale: solo il fatto di essere costretta a restare continuamente incinta per tutta la sua vita, è un'altra ennesima enorme violenza per la mucca.

E' ESATTAMENTE COME SE LO FACESSERO AD UNA DONNA.

Altro dato fondamentale: il solo fatto di dover prendere il latte ad una mucca, significa dover effettuare

LA PIU' GRAVE VIOLENZA IN ASSOLUTO CHE POSSONO RICEVERE UNA MADRE E SUO FIGLIO: ESSERE ALLONTANATI FORZATAMENTE L'UNO DALL'ALTRO, anche per un solo attimo. Ciò avviene addirittura per sempre.

IL FIGLIO MAI PIU' VEDRA' SUA MADRE, E LA MADRE MAI PIU' VEDRA' 'SUO FIGLIO.

E' inoltre notissimo, come, infatti, dopo che gli è stato strappato il cucciolo, anche la mamma mucca cerchi disperatamente suo figlio, con persino lamenti e movimenti estremi, per addirittura moltissimi giorni dopo la sua nascita.

E' ESATTAMENTE COME SE LO FACESSERO AD UNA DONNA E A SUO FIGLIO.

Stesso identico discorso vale per il latte (ed i suoi derivati) di capra, di pecora, di bufala, di asina o di qualsiasi altro mammifero.

Impatto ecosistemico ed impatto etico del consumo di MIELE:
l'impatto ecosistemico METTE A RISCHIO ADDIRITTURA LA SPECIE UMANA

Per poter produrre miele, la specie umana deve costruire dei veri e propri altri ALLEVAMENTI ANIMALI, costituiti, tra l'altro, da un insieme di arnie, ovviamente artificiali. Le api, per potergli prendere il miele, vanno poste, quindi, in condizioni per

loro del tutto innaturali, in un'alloggio totalmente artificiale chiamato appunto arnia, piuttosto che la loro naturale nicchia ecologica alloggiativa, costruita da loro stesse, chiamato alveare.

L'impatto ecosistemico di tutto ciò può essere purtroppo GRAVISSIMO ANCHE PROPRIO PER LA NOSTRA SPECIE.

Infatti, in condizioni di totale artificialità ed addirittura di sovraffollamento, come qualsiasi altra specie animale in condizioni simili, le api si ammalano spesso, e, proprio per il sovraffollamento, con una velocità enorme di propagazione delle malattie; sempre più spesso, inoltre, le epidemie delle api sono diventate talmente incontrollabili che ormai avvengono addirittura su scala mondiale, ed essendo le conseguenti morie delle api sempre enormemente più alte, ultimamente sono arrivate più volte troppo vicino persino all'estinzione totale della loro specie.

Questo, di conseguenza, sarebbe addirittura drammatico anche per la nostra specie: come abbiamo visto, infatti, la nostra salute di specie fruttivora, dipende totalmente dalla presenza della frutta su questo pianeta, cosa che deriva direttamente dall'impollinazione dei relativi fiori, e quindi dalla presenza stessa su questo pianeta delle api.
Alterare anche solo minimamente il loro equilibrio naturale, significa poter arrivare facilmente a perdere definitivamente la nostra salute, e, subito dopo, tra molte sofferenze, la nostra stessa vita. Poi anche come specie. L'IMPATTO ETICO del consumo di miele è, poi, GRAVISSIMO PER LA STESSA VITA DELLE API.

Come già spiegato nel capitolo relativo alla fisiologia comparata, il miele non è altro che il perfetto analogo del latte dei mammiferi, cioè il CIBO DEI CUCCIOLI DI APE.

PRENDERE IL MIELE AD UNA MAMMA APE HA LO STESSO IDENTICO IMPATTO ETICO, sopra descritto, DEL PRENDERE IL LATTE AD UNA MAMMA MUCCA.

Inoltre, anche le api, come in maniera analoga tutte le altre specie viventi, in natura, MAI PRODUCONO UNA SOLA GOCCIA DI MIELE IN PIU' DI QUELLO CHE SERVE STRETTISSIMAMENTE AI LORO CUCCIOLI (soprattutto per l'estremo consumo di energia necessaria per produrlo), sempre per lo stesso principio della minima energia.

Quindi, ogni volta che consumiamo del miele, OLTRE A DANNEGGIARE DECISAMENTE LA NOSTRA SALUTE, come spiegato nel predetto capitolo (si è spiegato anche come sostituirlo Facilmente), STIAMO TOGLIENDO LETTERALMENTE DI BOCCA IL CIBO A TUTTI I CUCCIOLI DI APE (costringendo, come vedremo, la mamma ape ad una ricerca urgentemente e forzatamente DISPERATA di altro nettare da trasformare in miele).

QUANDO MAMMA APE DEPOSITA IL MIELE NEL SUO ALLOGGIO, LO FA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER DAR DA MANGIARE A SUO FIGLIO.

E' la stessa identica violenza che si commetterebbe, esattamente,

COME SE AD UNA MAMMA UMANA, UNA DONNA, LE SI TOGLIESSE FORZATAMENTE IL LATTE DAL SUO SENO PROPRIO UN ATTIMO PRIMA DELLO STUPENDO ATTO DI DARLO A SUO FIGLIO,

e ogni volta che il latte le si riformasse nel seno, riprenderlo forzatamente di nuovo; e questo per tutta la durata dell'allattamento, che per l'ape dura addirittura oltre un quinto della sua intera vita.

Ma con un aggravante enorme: l'ape, contrariamente alla donna, produce il nutrimento del suo piccolo, il miele, dopo aver faticosissimamente volato su numerosi fiori, ogni volta più lontani, per incamerarne il relativo nettare, per poi, ancora faticosamente trasformarlo in miele e di trasportarlo, con un volo di ritorno molto più faticoso perchè appesantito da nuovo carico di miele, fino all'arnia.

L'ape, infatti, che in natura produce CON MOLTISSIMA FATICA POCHISSIMO MIELE, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUELLO CHE STRETTAMENTE SERVE AI SUOI PICCOLI, ogni volta che le si toglie il miele, proprio per salvare la vita di suo figlio,

DEVE RICOMINCIARE DEL TUTTO DA CAPO TUTTO IL SUO FATICOSISSIMO LAVORO

di innumerevoli viaggi verso i fiori per la incamerazione di nettare, dentro la sua apposita sacca, dai fiori sempre più lontani; per poi ricominciare, ancora una volta, tutta la faticosissima trasformazione del nettare in miele.

Una volta esausta per essere stata costretta dall'uomo ad un lavoro ripetuto due volte, l'uomo le ritoglie il cibo di suo figlio ANCORA UNA VOLTA. Lei, sempre per salvare la vita di suo figlio, ANCORA UN'ALTRA VOLTA, DEVE RICOMINCIARE TUTTO DA CAPO.

TUTTO CIO' SI RIPETE IN CONTINUAZIONE, NELLE ARNIE, ADDIRITTURA PER TUTTA LA VITA DELL'APE. NON SI POTREBBE FARE ALLE API UNA VIOLENZA MAGGIORE. L'alta determinazione indotta di malattie e l'altissima mortalità indotta nella specie delle api dipende principalmente da tutto ciò, quindi proprio dal consumo stesso di miele, CIBO PER

INSETTI, da parte della specie umana. Stesso identico discorso vale per tutte le altre produzioni sottratte alle api, dalla pappa reale alla cera d'api, ecc.

TUTTE SOSTANZE ADATTE SPECIFICAMENTE AGLI INSETTI, e, di conseguenza, ASSOLUTAMENTE DANNOSE, anche al solo contatto, PER LA SPECIE UMANA.

Evoluzione, scientificamente, significa tendenza ad una STRUTTURA BIOLOGICA (psicofisica) ATTA AD EVITARE DI UCCIDERE (nè animali nè vegetali)

Come abbiamo già visto, siccome qualsiasi sistema materiale dell'intero universo segue il principio fisico della minima energia, compresi quindi anche i sistemi materiali viventi, evoluzione scientificamente vuol dire esattamente proprio "tendenza degli organismi viventi verso una situazione di minima energia".

Ora, siccome, sempre come abbiamo già visto, vita scientificamente vuol dire esattamente "nutrizione" (è vivo tutto ciò che si nutre, cioè che fa entrare delle unità strutturali e ne fa uscire delle altre), evoluzione della vita scientificamente vuol dire esattamente evoluzione della nutrizione.

Infatti l'evoluzione della nutrizione di una qualsiasi specie animale è assolutamente centrale, proprio a livello strutturale (dall'energia di cui siamo composti alla materia risultante), per assolutamente tutti gli altri aspetti della vita della specie stessa, compresa la conseguente parte neuronale, quindi anche mentale.

Come vedremo meglio più avanti, i nostri stessi pensieri sono fatti letteralmente di neurotrasmettitori

CHE SONO DEL TUTTO DIVERSI PROPRIO A SECONDA DEL TIPO DI NUTRIZIONE EFFETTUATA,

e migliorano di qualità, cioè, ad esempio, da una prevalenza catecolaminica ad una prevalenza indolaminica sempre maggiore, proprio man mano che si procede, nel caso ad esempio della specie umana, da "cibi" animali, a "cibi" vegetali, fino alla frutta, ed in particolare mele, caso in cui si delinea proprio la configurazione neurotrasmettitoriale a minima energia, cioè la più serena, piena di armonia, e che determina la sensazione di felicità.

Tornando alla definizione di evoluzione, tradotto in termini più semplici, se due forze sono contrapposte è ovvio che sprecheranno molta più energia, anche persino per stare ferme, rispetto a due forze che spingono nella stessa direzione.

E' esattamente per questo motivo che assolutamente tutte le relazioni interspecifiche predatorie, come carnivorismo, granivorismo, erbivorismo, ecc. (come vedremo meglio più avanti, nella scienza ecosistemica anche granivorismo, erbivorismo ed analoghi sono forme di predazione esattamente come il carnivorismo), contrapponendo (lo dice il termine stesso "predazione", da "prendere") addirittura totalmente, tutta la forza possibile del predatore (carnivoro, granivoro, erbivoro, ecc.), che cerca di mangiare la preda animale o la preda vegetale, con tutta la forza possibile dell'animale predato o della pianta predata che, ovviamente, non si vuole fare mangiare (come abbiamo visto la pianta difende la sua stessa vita, e difende la vita dei suoi cuccioli, i semi, con le tossicissime sostanze secondarie),

ENTRAMBI SPRECANO UNA QUANTITA' ENORME DI ENERGIA PER OTTENERE UNO STATO VIVENTE

(nel caso di granivori, erbivori ed analoghi, si tratta di spreco gigantesco di energie specialmente chimiche, per la vera e propria guerra chimica che avviene continuamente tra predatore vegetale e vegetale stesso), e quindi sono, per stessa definizione, proprio le meno evolute in assoluto, esattamente le più primitive che esistono.
Se, del tutto al contrario, le due forze in gioco, invece di essere contrapposte, spingono nella stessa identica direzione, come avviene in tutte le relazioni interspecifiche simbiotiche (lo dice il termine stesso "simbiosi", cioè "vita insieme", proprio nel senso di "aiuto reciproco"), come il FRUTTIVORISMO (in cui il primate fruttivoro, ad esempio l'uomo, per mangiare, deve fare solo il minimo sforzo di raccogliere il frutto, il quale, a sua volta, solo mai scappa, costringendo al faticosissimo inseguimento, e addirittura evita guerra qualsiasi chimica nei suoi confronti proprio perchè è stato fatto dalla pianta esattamente per essere mangiato, in quanto l'uomo, gettando poi il seme aiuta la pianta a riprodursi),

SI HA UNO SPRECO ASSOLUTAMENTE NULLO DI ENERGIA, e quindi, ottenendosi lo stato ottimale per i due sistemi materiali proprio di minima energia, si ha la situazione di MASSIMA EVOLUZIONE IN ASSOLUTO.

Il viaggio di ben 4 milardi di anni dell'evoluzione della vita, abbia ottenuto, proprio come ultima specie determinante formatasi, la specie umana (anche come primate fruttivoro è l'ultimo formatosi),esattamente perchè SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON LA SPECIE UMANA SI OTTIENE IL SISTEMA MATERIALE A MINIMA ENERGIA IN ASSOLUTO [il sistema "malus-homo" ("melo-uomo"), come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna, ha rispettivamente il minimo di nutrienti necessari, ed il minimo fabbisogno nutrizionale, anche rispetto ad assolutamente tutti gli altri primati fruttivori], cioè in SIMBIOSI TROFICA (nutrizionale) MASSIMA.

Ora, visto che evoluzione massima di una specie animale, per il semplice principio della minima energia, vuol dire esattamente simbiosi nutrizionale massima, cioè AIUTO RECIPROCO MASSIMO, e quest'ultima, come abbiamo visto,

vuol dire che, PER MANGIARE, LA SPECIE ANIMALE MAI HA BISOGNO DI UCCIDERE ASSOLUTAMENTE (NE' ANIMALI NE' VEGETALI), in definitiva vuol dire proprio ETICITA' MASSIMA.

Quindi, proprio scientificamente, nei termini biofisici più precisi in assoluto riguardanti la minima energia (elettromagnetica), LA SPECIE UMANA E' LA PIU' EVOLUTA IN ASSOLUTO DELL'INTERO PIANETA PERCHE' NUTRENDOSI (con la sua evolutissima nutrizione simbiotica del frutto mela) AIUTA ENORMEMENTE PURE UN'ALTRA SPECIE (gettando poi il seme, aiuta la pianta a riprodursi).

L'uomo, quindi, E' EVOLUTO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE sia in quanto è potenzialmente STRUTTURATO BIOLOGICAMENTE (psicofisicamente) PER EVITARE DI UCCIDERE UN CUCCIOLO DI SPECIE VEGETALE (in gergo sono detti veri e propri BAMBINI VEGETALI), chiamato erroneamente, come vedremo più avanti, "seme" (come legume, cereale, seme oleoso, ecc.), e, quindi, MAI MANGIARNE IL CADAVERE

[è biologicamente un vero e proprio UOVO VEGETALE, addirittura già perfettamente fecondato, dunque non "seme" (cioè gamete), ma un perfetto embrione, se mangiato è scientificamente una

BISTECCA DI EMBRIONE,

assolutamente completo di tutti gli apparati vitali, che, quindi, se piantato può dare anche un albero enorme come il noce, o comunque una perfetta pianta adulta], e sia in quanto è potenzialmente STRUTTURATO BIOLOGICAMENTE (psicofisicamente)

PER EVITARE UCCIDERE NEMMENO UNA PIANTA ADULTA (sono delle vere e proprie PERSONE VEGETALI),

chiamata erroneamente "verdura" (quasi mangiassimo solo un colore, che molto spesso non è nemmeno verde), (come radice, fusto, foglia, ecc.), e, quindi, ancora, PER EVITARE MANGIARNE IL CADAVERE (anche di parte della sua struttura).

Dunque, essendo la SPECIE UMANA dotata di una STRUTTURA ANATOMO-FISIOLOGICA così BIOCHIMICAMENTE EVOLUTA da essere TOTALMENTE SIMBIOTICA col resto della natura, abbiamo l'INFINITA FORTUNA di evitare di essere costretti ad uccidere per mangiare, ma persino di AIUTARE il resto del pianeta anche col SEMPLICE atto del mangiare.

Precisazioni di fisiologia vegetale: tramite la scienza moderna della NEUROBIOLOGIA VEGETALE oggi sappiamo che OGNI PIANTA è dotata di un evolutissimo SISTEMA NERVOSO VEGETALE, e che esso determina una CAPACITA' di SOFFRIRE persino SUPERIORE a quella umana; la comparazione organo-funzionale anche con la nostra specie DIMOSTRA SCIENTIFICAMENTE che OGNI PIANTA è una vera e propria PERSONA esattamente come noi

La PIANTA è biologicamente una vera e propria PERSONA (un perfetto essere vivente, se mangiata è scientificamente una BISTECCA DI PIANTA), dotata di APPARATO BOCCALE (le radici, viste al microscopio hanno delle vere e proprie bocche per mangiare i nutrienti del terreno), dotata di un APPARATO SCHELETRICO (il fusto, che non è altro che lo scheletro della pianta), dotata di un vero e proprio intero ipercomplesso APPARATO POLMONARE (le foglie, con le quali respirano esattamente come noi),

e, tra gli altri tantissimi ORGANI ED APPARATI (come quello DIGERENTE |specialmente alcuni sistemi enzimatici radicali|, SESSUALE |i fiori sono l'apparato sessuale della pianta; il pistillo è il pene della pianta, l'imbocco dell'ovario è la vagina della pianta, i granuli di polline sono gli spermatozoi della pianta, l'ovulo femminile della pianta è presente in fondo all'ovario|, RIPRODUTTIVO |l'ovario del fiore è l'utero della pianta, dove, dopo la fecondazione, è contenuto suo figlio, l'ovulo fecondato, che poi diventa embrione, cioè "seme"|, ecc.), negli ultimi anni si sono addirittura scoperti

UN VERO E PROPRIO SISTEMA NERVOSO VEGETALE sia CENTRALE che periferico

[i laboratori più avanzati al mondo in questo campo, tra cui alcuni che hanno portato a molti PREMI NOBEL, hanno chiarissimamente evidenziato la presenza sia di un SISTEMA NERVOSO CENTRALE (si ricorda che cellula neuronale è sinonimo di cellula nervosa, e che il nervo vegetale, analogamente a quello animale, è la sequenza di cellule nervose), strutturato anche con un vero e proprio CERVELLO VEGETALE, il tutto costituito di NEURONI VEGETALI, dotati di SINAPSI VEGETALI, che interagiscono tra loro tramite esattamente NEUROTRASMETTITORI che sono PERSINO IDENTICI a quelli degli ANIMALI PIU' EVOLUTI, compreso l'UOMO, come ACETILCOLINA, SINAPTOTAGMINA, ecc.

e sia di un SISTEMA NERVOSO vegetale periferico fatto anche di numerosissime ghiandole, cosparse per tutto l'organismo, comunicanti tra loro tramite specifiche sostanze ed elettroni; l'evidenza sperimentale è talmente chiara che ormai da diversi anni esiste la materia universitaria di NEUROBIOLOGIA VEGETALE;

a rigore scientifico, avendo anche loro un sistema nervoso (che, come vedremo meglio, è legato al concetto di "anima" da cui deriva la parola "animale") le piante sono esattamente "ANIMALI autotrofi"] E CHE RISPONDE AGLI STIMOLI

ESTERNI ESATTAMENTE COME FACCIAMO NOI, E SOPRATTUTTO, CAPACE DI REAGIRE E DI MANIFESTARE CHIARISSIMAMENTE (anche in numerosissimi esperimenti scientifici, descritti pure in molti congressi internazionali sull'argomento)

FORME DI SOFFERENZA PERSINO ENORME

[le PIANTE hanno un SISTEMA NERVOSO, anche proporzionalmente, PIU' GRANDE, PIU' COMPLESSO e PIU' EVOLUTO, cioè, come vedremo meglio più avanti, una MAGGIORE CAPACITA' DI SOFFRIRE, addirittura DELLA MAGGIOR PARTE DEGLI ANIMALI (che sono di gran lunga gli invertebrati); mai ci dobbiamo assolutamente lasciare ingannare dalla loro relativa minore dinamicità, e forma diversa dalla nostra: ad esempio, moltissimi ANIMALI, come i coralli, numerosissimi bivalvi, e tutti i loro innumerevoli analoghi, sono persino MOLTO MENO DINAMICI e con FORMA MOLTO PIU' DIVERSA DA NOI delle piante],

ma persino UN SISTEMA VOCALE (corde vocali macromolecolari), CHE CONSENTONO ALLE PIANTE DI COMUNICARE TRA LORO PERFETTAMENTE, solo tra gli individui della stessa specie (proprio come noi animali), tramite l'utilizzo di determinate onde elettromagnetiche [anche per questo motivo esiste la materia universitaria di SOCIOLOGIA VEGETALE, detta pure FITO-SOCIOLOGIA, che evidenza inoltre come, in natura, le piante vivono in BRANCHI, esattamente come noi animali,

e soprattutto della stessa specie (ad esempio, pinete , faggete, ecc.), proprio in quanto ogni individuo vegetale può comunicare bene solo con gli altri individui vegetali della stessa specie, esattamente con un LINGUAGGIO sempre specie-specifico, e che comprendono infatti solo questi ultimi, sempre come avviene tra noi animali].

LE PIANTE, quindi, SONO DELLE VERE E PROPRIE PERSONE ASSOLUTAMENTE COME NOI, SOTTO TUTTI I PUNTI DI VISTA, ed il solo fatto che non possiamo ascoltare direttamente le loro conversazioni, come avviene, tra l'altro, per i pesci, che comunicano principalmente con ultrasuoni,

DOBBIAMO AVERE PER LORO IL MASSIMO RISPETTO, PROPRIO ESATTAMENTE COME LO ABBIAMO PER UN NOSTRO AMICO, ANZI IL NOSTRO MIGLIORE AMICO, VISTO CHE CI OFFRE, E SOPRATTUTTO CONSAPEVOLMENTE, TUTTI I GIORNI, CON LA STUPENDA FRUTTA (e OSSIGENO), NON SOLO DA MANGIARE, MA ANCHE AL MASSIMO LIVELLO NUTRIZIONALE, ED ADDIRITTURA ASSOLUTAMENTE GRATIS.

A RIGORE SCIENTIFICO: (specialmente alla luce di tutte le più recenti scoperte scientifiche, effettuate proprio nei relativi laboratori più avanzati al mondo, compreso molti di essi che hanno portato a PREMI NOBEL)

Invece di esistere tre regni, ESISTONO SOLO 2 REGNI:

REGNO ANIMALE [con ANIMALI AUTOTROFI (detti erroneamente"piante" o, peggio, "vegetali") e animali eterotrofi (detti erroneamente solo"animali")]

e

REGNO MINERALE (la meccanica quantistica già dimostra che è costituito anch'esso da esseri viventi, proprio nel senso scientifico del termine, come vedremo meglio più avanti, ma, solo per indispensabile gradualità culturale, oggi si considerano ancora due regni, invece di uno solo)

La divisione dell'intero universo in tre "regni", fu proposta addirittura oltre due migliaia di anni fa, solo FILOSOFICAMENTE (cioè con affermazioni senza necessità di verifica sperimentale) da un solo uomo di nome Aristotele, il quale, ovviamente, a quei tempi, ignorando (come si è potuto constatare SCIENTIFICAMENTE solamente con la miscroscopia elettronica più avanzata dei tempi recenti) che gli

ANIMALI AUTOTROFI (spesso ancora erroneamente detti "piante" o, peggio, "vegetali")

sono dotati, ad esempio, di un perfetto SISTEMA NERVOSO, CENTRALE e periferico,
sono dotati di un perfetto CERVELLO,
sono dotati di perfetti NEURONI,
sono dotati di perfette SINAPSI,
sono dotati di perfetti NEUROTRASMETTITORI,

che, sotto moltissimi aspetti, che vedremo meglio più avanti, sono anche ENORMEMENTE più evoluti di quelli che possiede la specie umana stessa, separò gli ANIMALI AUTOTROFI (chiamandoli "vegetali", da "vegetus", che significa "vigoroso", riferendosi principalmente al loro possente scheletro legnoso, invece di fragile e calcareo come quello nostro)

dagli ANIMALI ETEROTROFI [gli unici a chiamare "animali" proprio in quanto supponeva filosoficamente che fossero gli unici esseri viventi a essere dotati di un sistema, che oggi definiamo nervoso, che può contenere quello che definiva

"anima", cioè "anemos", che significa "vento", cioè ancora un qualcosa che lui intuiva essere costituito dall'intimo "scorrimento" di una sorta di "fluido cosciente", che oggi, con la biologia molecolare, con la biofisica quantistica, la neurobiologia, e tutte le scienze più sofisticate ed avanzate al mondo, sappiamo essere costituita da un vero e proprio "vento di elettroni e neurotrasmettitori" (quindi "anemos", cioè "anima") che passano miliardi di segnali intra ed inter-neuronali al secondo, proprio esattamente come le ultime ricerche hanno chiarissimamante constatato avvenire anche proprio negli ANIMALI AUTOTROFI, spesso ancora erroneamente chiamati "piante"].

Dunque, in sintesi, oggi finalmente sappiamo che E' ASSOLUTAMENTE INESISTE la distinzione degli esseri viventi tra i FILOSOFICAMENTE detti "animali" e le FILOSOFICAMENTE dette "piante", ma esistono solo esseri viventi ANIMALI

[sia AUTOTROFI (cioè che si NUTRONO |"trophos"| esattamente con onde elettromagnetiche |solari| |"auto", visto che, tramite sè stessi, per mezzo della luce, producono le sostanze chimiche fisiologiche|, con SCHELETRO legnoso (quindi "vigoroso", cioè "vegetus", e non fragile e calcareo come il nostro) detto erroneamente "fusto", POLMONI detti erroneamente "foglie", con cui RESPIRANO esattamente come noi, attraverso il loro NASO chiamato erroneamente "stoma", che PARLANO esattamente come noi attraverso però onde elettromagnetiche o sostanze biochimiche sofisticatissime, tramite un CERVELLO che utilizza NEUROTRASMETTITORI esattamente come l'uomo (persino gli STESSI neurotrasmettitori dell'uomo), che hanno una

CAPACITA' DI SOFFRIRE ADDIRITTURA SUPERIORE A QUELLA UMANA, dimostrata scientificamente in maniera persino di molto superiore a quella dimostrata per molte specie "animali", come vedremo meglio più avanti, e sia ETEROTROFI (cioè che si nutrono |"trophos"| con sostanze chimiche provenienti dagli altri |"heteros"| animali |autotrofi o eterotrofi stessi|)].

La differenza fondamentale tra gli ANIMALI AUTOTROFI ("piante") e gli animali eterotrofi ("animali") non è, quindi, nel movimento (ad esempio, "animali" come coralli, attinie, bivalvi, e tutti le innumerevoli specie simili sono MOLTO PIU' IMMOBILI delle "piante", soprattutto di quelle che hanno movimenti più percepibili dai sensi della nostra specie, come ad esempio, le "piante" carnivore, i rampicanti, i girasoli, e tutte le altre innumerevoli specie "vegetali" analoghe, visto che i movimenti delle "piante" sono per la maggior parte molto più visibili a livello microscopico) ma, come sempre, SOLO ed ESCLUSIVAMENTE nel TIPO di NUTRIZIONE (come, tra l'altro, avviene proprio tra tutti gli esseri viventi, anche internamente alle due suddette categorie).

[Anche se, come abbiamo visto, almeno la specie umana, è intrinsecamente autotrofa (non è un caso che la biofisica moderna ha confermato che discendiamo perfettamente dalle piante) tramite il fenomeno del respirarismo (analizzato scientificamente anche dagli oltre 35 medici, specialisti in fisiologia, predetti, oltre che con relazioni dirette ed indirette con la NASA), nutrendosi fondamentalmente di onde elettromagnetiche relative ai raggi cosmici che, tramite l'idrolisi della molecola d'acqua (a struttura esagonale, quindi fisiologica), forniscono olte il 90% dell'energia utilizzata dal mitocondrio nella produzione di ATP, e solo per meno del 10% dalla glicolisi (anaerobica ed aerobica), che usiamo unicamente per la disintossicazione (ovviamente esagerata e continua in fase eterotrofa)].

Come tutti gli esseri viventi, anche gli ANIMALI AUTOTROFI ("piante"), possono comunicare bene tra loro solo tra individui della stessa specie, e, anche per questo motivo, essendo animali MOLTO SOCIALI (come dimostrano sempre di più tutti gli esperimenti scientifici sulla dinamica della loro complessa comunicazione) VIVONO IN BRANCHI,come, ad esempio, il branco di meli, chiamato meleto, il branco di pini, chiamato pineta, il branco di faggi, chiamato faggeta, ecc., come vedremo meglio più avanti.

Quello che ha sorpreso gli innumerevoli scienziati di tutto il mondo che lavorano da decenni in questo campo, appunto la NEUROBIOLOGIA VEGETALE, è che il sistema di comunicazione usato dalle piante è, sotto molti aspetti, enormemente più evoluto di quello della nostra specie, usando basilarmente onde elettromagnetiche, che corrispondono a ciò che noi definiremmo vera e propria TELEPATIA.

Va comunque sottolineato che dal punto di vista celebro-strutturale, il CERVELLO DELLE "PIANTE" (strutturato con gruppi di neuroni vegetali radico-apicali connessi reciprocamente tramite un enorme sistema in rete) E' MOLTO PIU COMPLESSO (caratteristica tipica proprio degli esseri viventi più intelligenti) DI QUELLO PERSINO UMANO, ma addirittura, dal punto di vista celebro-dimensionale,

il CERVELLO DELLE "PIANTE" più evolute (spermatofite angiosperme dicotiledoni) a cominciare da quelle di medie dimensioni, sommando tutte le loro cellule neuronali,

HA UNA MASSA NEURONALE MOLTO SUPERIORE ANCHE A QUELLA DEL CERVELLO UMANO STESSO. Ma ciò che ha sorpreso maggiormente gli scienziati è proprio L'ENORME CAPACITA' DI SOFFRIRE DIMOSTRATA DALLE "PIANTE" (appunto, animali autotrofi).

Per CAPACITA' DI SOFFRIRE, scientificamente, si intende la CAPACITA' FISIOLOGICA INDIPENDENTE DI REAGIRE AD UNO STIMOLO NEGATIVO, così come quando, pestando una zampa ad un cane, lui la ritira subito indietro, magari urlando dal dolore (con urla meccaniche che hanno la stessa identica fisiodinamica e tempistica di base delle urla ad

ultrasuoni dei pesci o delle URLA ELETTROMAGNETICHE delle "piante", che l'orecchio umano non è in grado di udire); ovviamente noi non possiamo sentire interiormente la sua sofferenza, perchè essa si trova SOLO all'interno del cervello stesso del cane, tuttavia possiamo dedurre che lui provi sofferenza proprio dalla sua

REAZIONE FISIOLOGICA INDIPENDENTE (cioè indipendente meccanicamente dalla forza applicata, come quando si da una martellata su un tavolo, e questo modifica la sua forma) CONSEGUENTE ALLO STIMOLO NEGATIVO.

Ora, anche basandosi sulle precedenti intercettazioni strumentali delle comunicazioni sociali tra le "piante", gli scienziati hanno già individuato moltissimi metodologie per rilevare questa REAZIONE FISIOLOGICA INDIPENDENTE CONSEGUENTE ALLO STIMOLO NEGATIVO, che noi chiamiamo SOFFERENZA:

ad esempio, è stato innumerevoli volte dimostrato che pronunciare una frase di minaccia ad una "pianta" davanti ad essa, come "adesso taglio questa pianta", ha fatto IMMEDIATAMENTE e LETTERALMENTE IMPAZZIRE tutte le strumentazioni già precedentemente collegate al SISTEMA NERVOSO della "pianta" medesima, proprio esattamente con l'identica dinamica di attività neurale registrata dalla stessa strumentazione applicata sugli animali anche umani in caso di FORTISSIMO DOLORE; tradotto nel linguaggio della nostra specie,

LA PIANTA SI E' LETTERALMENTE SPAVENTATA E ADDIRITTURA TERRORIZZATA AL SOLO PRONUNCIARE QUELLA FRASE DI MINACCIA.

Quello che però ignoravano gli scienziati è come facesse questo ANIMALE AUTOTROFO chiamato "pianta" ad "udire" il suono della voce umana visto le piante comunicano tra loro principalmente tramite onde elettromagnetiche o tramite sostanze chimiche, invece che tramite onde meccaniche prodotte dalla vibrazione di corde vocali, come fanno gli umani; la spiegazione è poi giunta presto ripetendo tutti gli esperimenti, con la totale procedura identica a quella sopra descritta, con la sola differenza che lo sperimentatore umano invece di pronunciare la frase per via vocale, ha SOLAMENTE PENSATO la stessa frase dentro di sè davanti alla pianta, cioè "adesso taglio questa pianta": ebbene, davanti alle schiere di scienziati esterefatti, la "pianta" ha fatto ancora IMMEDIATAMENTE e LETTERALMENTE IMPAZZIRE tutte le strumentazioni già precedentemente collegate al SISTEMA NERVOSO della "pianta" stessa, sempre con la dinamica fisioneurale identica a quella di neuroni animali anche umani in fase di ACUTISSIMO DOLORE; ancora una volta, tradotto nel linguaggio della nostra specie,

LA PIANTA SI E' LETTERALMENTE SPAVENTATA MA ADDIRITTURA TERRORIZZATA AL SOLO PENSARE DA PARTE DELLO SPERIMENTATORE QUELLA FRASE DI MINACCIA.

Ora, questi esperimenti, iniziati quasi per gioco fin da prima del 1960 in America, ad esempio applicando i sensori della macchina della verità (che si usava per gli imputati soprattutto in processi penali) inizialmente alle piante nelle stanze degli stessi tecnici, esperti di rilevazioni sensoriali sulla specie umana, negli ultimi 50 anni sono stati ripetuti infinite volte, con strumentazioni anche fisiologiche sempre più sofisticate, aggiungendo pure moltissime altre tipologie sperimentali anche di tipo completamente diverso o addirittura opposto, con relazione comunicativa uomo-pianta, pianta-uomo, pianta-pianta, uomo-pianta-uomo, ecc., ed addirittura con risultati sempre più sorprendenti, a tal punto che, ad esempio, in importanti processi penali si è arrivati addirittura ad usare come prova di colpevolezza su imputati di omicidio, il riconoscimento dell'imputato stesso da parte di PIANTE presenti sul luogo del delitto;

inoltre, si è ormai chiarissimamente dimostrato che questi ANIMALI AUTOTROFI ("piante") provano sensazioni non solo di PAURA ENORME alla sola presenza di persone che hanno, ad esempio, commesso atti violenti (anche ad altri umani), ma addirittura che provano sensazioni di SIMPATIA o ANTIPATIA (rilevabili con effetti caratteristici sulle strumentazioni relative) nei confronti di umani che vivono in mezzo a loro; in base anche ad innumerevoli altre rilevazioni, si è poi constatato che, come anche tutti gli altri animali, umani e non, le "piante" hanno un carattere personale esattamente come noi, ecc.

Ormai sono finiti del tutto i tempi in cui alcuni avevano ancora dubbi sul fatto che, alcune volte, potendo ricrescere una parte di pianta tagliata (ad esempio, una cosiddetta "foglia", cioè una parte polmonare) significasse insofferenza per quest'ultima, perchè oggi con la scienza NEUROBIOLOGIA VEGETALE, sappiamo che è esattamente come chiedersi se una lucertola soffre nel massacrargli la coda per il solo fatto che la sua specie consente di fargliela ricrescere

[infatti, in entrambi gli organismi, della "pianta" e della lucertola, tutte le reazioni fisiologiche e neurotrasmettitoriali appartenenti anche a QUELLA CATEGORIA DI EVENTO DANNOSO
SU TESSUTI ED ORGANI PREZIOSISSIMI PER LORO, sono tipiche dell'ACUTISIMO DOLORE a forte tipologia catecolaminica, che nella pianta è ancora più accentuato dal fatto che se, ad esempio, gli strappiamo una cosiddetta "foglia" (parte polmonare), proprio a livello di ATTIVITA' NEURALE DOLOROSA, è esattamente COME STRAPPARE UN PEZZO DI POLMONE AD UN UOMO].

Inoltre, come si accennava prima, proprio SCIENTIFICAMENTE è ormai chiarissimo, che la CAPACITA' DI SOFFRIRE di questi ANIMALI AUTOTROFI ("piante") è addirittura SUPERIORE A QUELLA DELLA SPECIE UMANA, visto anche che queste DELICATISSIME SPECIE ANIMALI hanno la POTENTISSIMA capacità di tipo TELEPATICO, come abbiamo visto,

DI PERCEPIRE IL DOLORE FORTISSIMO ANCORA PRIMA CHE SI COMPIA L'AZIONE DI VIOLENZA NEI LORO CONFRONTI.

In questo campo scientifico della NEUROBIOLOGIA VEGETALE, hanno contribuito, specialmente negli ultimi 50 anni, anche proprio I MASSIMI LABORATORI di BIOLOGIA MOLECOLARE AL MONDO,

Ad esempio, Peter Barlow, scienziato della SCHOOL OF BIOLOGICAL SCIENCE dell'UNIVERSIRTA' di BONN, ha affermato testualmente: "E' tempo di dare il benvenuto alle piante nel novero degli ORGANISMI INTELLIGENTI".

Un altro scienziato di NEUROBIOLOGIA VEGETALE, Dieter Volkmann, ha affermato testualmente: "Siamo appena all'inizio di una RIVOLUZIONE del nostro modo di pensare alle piante".

Uno degli innumerevoli istituti di ricerca scientifica che collabora nel campo della NEUROBILOGIA VEGETALE è addirittura il MEDICAL RESEARCH COUNCIL di CAMBRIDGE che è proprio esattamente il LABORATORIO di BIOLOGIA MOLECOLARE CHE HA PORTATO PERSINO A MOLTI PREMI NOBEL.

Un altro scienziato, sempre nel campo scientifico della NEUROBIOLOGIA VEGETALE dell'UNIVERSITA' di FIRENZE, Mancuso, ha affermato testualmente: "I meccanismi di questa ENORME SENSIBILITA' delle piante mai erano stati studiati ed analizzati così a fondo, come invece è stato fatto anche con le ultime ricerche che aprono oggi UN NUOVO ORIZZONTE SCIENTIFICO DI IMMENSO INTERESSE".

Tra gli innumerevoli rapporti e pubblicazioni scientifiche nel campo della NEUROBIOLOGIA VEGETALE di tutto il mondo, che studia quelli che ormai sono definiti scientificamente ANIMALI AUTOTROFI ("piante"), sono persino spiegate fin nei minimi dettagli proprio le DIMOSTRAZIONI SCIENTICHE di moltissimi meccanismi di COMUNICAZIONE DELLE PIANTE, ma addirittura di PENSIERO ELABORATO DELLE PIANTE, PRESA DI DECISIONE DELLE PIANTE, DI CALCOLO DI QUOZIENTE DI INTELLIGENZA DELLE PIANTE, DI MEMORIA DELLE PIANTE, DI AUTOCOSCIENZA DELLE PIANTE (NEURALMENTE ANCORA PIU' ACCENTUATA DELLA NOSTRA), oltre che della predetta ESTREMA CAPACITA' DI SOFFRIRE DELLE PIANTE (come abbiamo visto incredibilmente SUPERIORE A QUELLA ANIMALE ETEROTROFA).

Dunque, a livello scientifico mondiale massimo è ormai addirittura banale che esistono solo DUE REGNI (e, come abbiamo visto e vedremo meglio anche attraverso la meccanica quantistica, in realtà è uno solo; proprio per questo motivo la realtà nella SCIENZA è definita correttamente UNIVERSO che deriva da "versus" "unus", e cioè esattamente, VERSO L'UNO;

sia animali che "vegetali" sono fatti entrambi di ESSERI VIVENTI chiamati CELLULE, che queste, a loro volta, sono fatte di atomi, che questi, a loro volta, sono fatti delle stesse identiche tre particelle, protoni, neutroni ed elettroni, che questi, a loro volta, sono fatti SOLO ed ESCLUSIVAMENTE di onde elettromagnetiche, cioè di LUCE, e che, quindi,

DALL'UOMO AL SASSO SIAMO TUTTI FATTI DELLA STESSA IDENTICA COSA).

Inoltre, come semplice conseguenza dei dati di fatto appena citati,le cellule manifestano chiarissimamente un comportamento incredibilmente INTELLIGENTE addirittura a livello singolo, sia come PROTOZOI (animali unicellulari) che come PROTOFITE (piante unicellulari), che sono organismi viventi già ESTREMAMENTE COMPLESSI (complessità sempre più evidenziata soprattutto dalle nuove tecniche di biologia molecolare e biofisica particellare) e la cui struttura risale addirittura ad OLTRE 600 (SEICENTO) MILIONI DI ANNI FA

[gli stessi batteri, che risalgono ad oltre 4 MILIARDI DI ANNI FA, e che ci dimostrano persino che le specie cosiddette "animali" DISCENDONO proprio da quelle cosiddette "vegetali", vale a dire che I NOSTRI AVI ("plurinonni") più antichi erano proprio ESATTAMENTE PIANTE];

ecco perchè gli scienziati non si sorprendono oltre un minimo, in quanto se una sola CELLULA "VEGETALE" PRIMITIVISSIMA dimostra già un comportamento DEL TUTTO INTELLIGENTE, ma che ADDIRITTURA CERCA DISPERATAMENTE DI EVITARE DI SOFFRIRE (ricordiamo che il "sistema nervoso" degli individui unicellulari è fatto di membrane esterne degli organuli citoplasmatici nelle quali scorrono i "neurotrasmettitori primitivi" chiamati elettroni, i quali ANCORA OGGI, sempre sotto forma analoga alla corrente elettrica, costituiscono l'attività neurale fondamentale anche del cervello UMANO)

DIFENDENDOSI CON TUTTE LE SUE ENERGIE SE VIENE ANCHE SOLO DISTURBATA,

figuriamoci il livello di sensibilità, autocoscenza, pensiero e soprattutto CAPACITA' di SOFFRIRE che hanno sviluppato gli organismi pluricellulari che oggi finalmente definiamo correttamente ANIMALI autotrofi ("piante"), composti appunto addirittura da MILIARDI di UNITA' STRUTTURALI VIVENTI OGNUNA DELLE QUALI HA GIA' DI PER SE' UNA ENORME E DISPERATA CAPACITA' DI SOFFRIRE. Ora, visto che è ormai anche scientificamente chiarissimo che la natura ha fatto solo ESSERI VIVENTI, e che questi non si dividono in categorie che ha inventato SOLO il nostro cervello, visto che è ormai chiarissimo che gli ANIMALI sono molto più numerosi di quello che pensavamo (avendo capito anche che abbiamo

nuovi amici, persone autotrofe |"piante"| dotate di un SISTEMA NERVOSO ed un CERVELLO come ed addirittura molto più evoluto e telepatico del nostro), è assolutamente doveroso ricordare che, proprio a rigore scientifico,TUTTI, dagli onnariani in poi, ma soprattutto vegetariani, vegan, e vegan crudisti, che si basano giustissimamente oltre che su motivi salutistici, oltre che su motivazioni scientifiche,

anche su motivazioni ETICHE, cioè sulla stupenda motivazione del MAI UCCIDERE soprattutto chi è dotato di SISTEMA NERVOSO e CERVELLO, ora possono, come dicono gli stessi scienziati, dare il benvenuto a questi MERAVIGLIOSI NOSTRI NUOVI (o vecchi) AMICI ANIMALI, o meglio "ANIMA-li"

[che troppo spesso ancora chiamiamo "piante", termine purtroppo del tutto offensivo che deriva SOLO dal fatto che il loro cucciolo, anche lui definito col termine ancora del tutto offensivo "seme", lo si schiacciava sotto, appunto, la "planta" del nostro piede, affinchè (questo animale autotrofo sensibilissimo) nascesse nel vero e proprio LAGHER che ancora chiamiamo "orto", dove, infatti, crescono SOLO per essere poi UCCISI e LETTERALMENTE MASSACRATI VIVI (o morti) dai nostri denti],

magari salutandoli con lo stupendo proposito di diventare SUBITO (con solo la gradualità predetta) almeno FRUTTARIANI, che, come abbiamo visto, non solo è l'unico modello alimentare che MAI UCCIDE, ma è addirittura l'unico modello alimentare che AIUTA questi ANIMALI autotrofi ("piante") a riprodursi, e quindi a salvare la loro specie, e, al tempo stesso, a SALVARE anche NOI STESSI, da malattie, tristezza (fatta di neurotrasmettitori intossicati), invecchiamento precoce e doloroso, fino allo stesso nostro pianeta (con la sostenibilità e poi naturalità sociale),

essendo proprio l'alimentazione più vicina a quella specie-specifica della specie umana, che, come abbiamo visto, con la scienza dell'alimentazione moderna, è quella malivora (poi aerovora), a cui sarà di una facilità sorprendente giungere solo se si formeranno INTERI GRUPPI di PERSONE che effettuano questo meraviglioso e letteralmente luminoso avanzamento verso anche lo stile di vita più adatto all'uomo degli ECOVILLAGGI, e poi verso lo stile di vita finalmente NATURALE e PERFETTO per la specie umana della SOCIETA' NATURALE (basta seguire il predetto PROGETTO 3M).

Dunque, il soprattutto il veganismo, dal punto di vista dell'ETICA ANIMALE, anche alla luce delle nuove scoperte scientifiche, ormai deve considerare anche gli ANIMALI autotrofi, come esseri viventi di cui evitare di mangiarne il cadavere (embrionale detto "seme", o adulto detto "verdura"), ma come ESSERI VIVENTI di cui avere il MASSIMO RISPETTO, ma addirittura come vere e proprie PERSONE PENSANTI.
Come dicono più sinteticamente le stesse associazioni nazionali vegan più avanzate: "IL VERO VEGANISMO E' IL FRUTTARISMO" (meglio ancora il fruttarismo specie-specifico per la specie umana, e cioè il MELARISMO).

Come ormai è arcinoto, questo significa AUMENTARE ENORMEMENTE il campo del GUSTO, e passando dal veganismo al fruttarismo si scoprirà personalmente che ogni piatto o pietanza fruttariana è INFINITAMENTE PIU' GUSTOSO

del suo analogo costituito da porzioni di CADAVERE "vegetale" (ad esempio la lasagna fruttariana è appunto enormemente più gustosa della lasagna cadaveriana "vegetale", anche perchè il cadavere "vegetale" non è progettato dalla natura per essere gustato dalla nostra papilla gustativa che è a struttura neuro-anatomica solo fruttivora, la quale, specialmente se disintossicata, riesce a percepire sensazioni massime solo ed esclusivamente con la frutta;

è sufficiente applicare l'enorme ricettario fruttariano e poi melariano del presente testo, e volendo, anche tutti i ricettari fruttariani o melariani del resto del pianeta; ad esempio, provate inizialmente anche la lasagna fruttariana, gli spaghetti fruttariani, la pizza fruttariana, la parmigiana fruttariana, la torta al cioccolato fruttariana, la crostata fruttariana, ecc. seguendo nei dettagli il ricettario di questo testo).

Come, in questo modo, potrete presto constatare, ogni passo AVANTI deve essere sempre effettuato col MASSIMO PIACERE, sia fisico che mentale, con la soddisfazione aggiuntiva oggi, che possiamo finalmente evitare di uccidere o ferire anche gli ANIMALI autotrofi, approfittando pure del fatto che la NATURA stessa, CHE SA QUELLO CHE FA, ci ha regalato l'ENORME FORTUNA di nascere già con una STRUTTURA DIGERENTE FRUTTIVORA, e addirittura con la struttura digerente fruttivora PIU' biochimicamente EVOLUTA al MONDO.

Si spera che, anche in questo modo, TERMINI DEFINITIVAMENTE la "cultura" del cadavere, dove una specie STUPENDA e LUMINOSA (ovviamente da disintossicata) come quella UMANA, "doveva" introdurre dentro sè stessa la morte, sostituita ora finalmente con la VITA (cioè lasciando in vita), per il suo bene, per la sua FELICITA', e quella dell'intero pianeta.

Impatto ecosistemico ed impatto etico del cosumo di "SEMI":

L'IMPATTO ETICO E' NUMERICAMENTE IL PIU' GRAVE IN ASSOLUTO CHE EFFETTUA LA SPECIE UMANA; scientificamente mangiare un "seme" è mangiare letteralmente UN CADAVERE DI CUCCIOLO DI PIANTA (CADAVERE DI EMBRIONE), cioè una vera e propria BISTECCA DI CUCCIOLO DI PIANTA (BISTECCA DI EMBRIONE) L'impatto ecosistemico dei semi, dai legumi, ai cereali, a tutti gli altri, è gravissimo, ha le stesse caratteristiche fondamentali della produzione animale, dal consumo di risorse, all'inquinamento, all'occupazione di territorio in eccesso con mortali

ripercussioni sulla popolazione specialmente del sud del pianeta, ecc., che analizzeremo meglio più avanti. L'impatto etico dei semi è, inoltre, IL MASSACRO PIU' ENORME: dal punto di vista del semplice rispetto della vita, IL NUMERO DI ESSERI VIVENTI UCCISI DALLA SPECIE UMANA "NUTRENDOSI" DI SEMI (dai legumi, alla pasta, al pane, al riso, alle noci, ecc.) E' IL PIU' ALTO IN ASSOLUTO TRA TUTTI GLI ESSERI VIVENTI UCCISI DALLA SPECIE UMANA.

Come abbiamo visto il termine "seme" è scientificamente errato, invece di essere un gamete, come uno spermatozoo, o una unità di polline, E' UN VERO E PROPRIO EMBRIONE, del tutto UN UOVO VEGETALE già perfettamente fecondato e trasformato in PIANTA EMBRIONALE ASSOLUTAMENTE COMPLETA DI TUTTI GLI APPARATI, che SE SEMINATO GENERA ANCHE UN INTERO ENORME ALBERO, come, ad esempio, un MANDORLO, o comunque una rispettabilissima PIANTA ADULTA, come anche una PIANTA LEGUMINOSA, o una singola PIANTA DI GRANO, o una singola PIANTA DI RISO.

Solo mangiando un cosiddetto "piatto di riso", cioè un'intera fossa comune di veri e propri CADAVERI DI CUCCIOLO (BISTECCHE DI CUCCIOLO) della PIANTA DEL RISO, BOLLITI ASSOLUTAMENTE VIVI, o un cosiddetto "piatto di pasta", fatta con CADAVERI DI CUCCIOLO (BISTECCHE DI CUCCIOLO) della PIANTA DEL GRANO, ADDIRITTURA TRITURATI ASSOLUTAMENTE VIVI, cosa che ad ancora troppe persone sembra ancora un fatto normale solo per il motivo che si è fatto altre volte, si commette

UNA STRAGE DI ESSERI VIVENTI,

veri e propri ALBERI IN MINIATURA (come strutturalmente lo è assolutamente anche una pianta di grano o di riso, con tutte le caratteristiche DI VERA E PROPRIA PERSONA descritte nel paragrafo precedente), ma anche LA STRAGE PIU' GRANDE CHE UN SINGOLO UOMO PUO' FARE, comparata con qualsiasi altro "cibo" esistente.

Invece di mangiare quello che, al limite, è letteralmente "CIBO" PER GALLINE, o per altre specie animali semivore, (detto anche "LA SBOBBA"), come legumi, pasta, riso, noci, ecc., se proprio si vuole preparare qualcosa che sia almeno lontanamente considerabile "cibo" per un uomo, oltre la mela, o frutta dolce, o frutta grassa, o frutta ortaggio, ci si potrebbe togliere queste voglie tossiche con, per esempio, un bel piattone di FETTUCCINE FRUTTARIANE AL SUGO, oppure una bella teglia di LASAGNA FRUTTARIANA, (descritte nel predetto ricettario fruttariano, facilissime e velocissime da preparare), che,ìsono tra le cose PIU' SFIZIOSE E GUSTOSE AL MONDO, e che, essendo fatte di solo ed esclusivamente FRUTTA CRUDA, non si uccide ASSOLUTAMENTE NESSUNO.

Secondo gli stessi sondaggi di opinione, queste ricette sono considerate addirittura il piatto (pluri-ingradiente) PIU' GUSTOSO CHE ESISTE SULL'INTERO PIANETA, e se si alterna con tutte le altre almeno centinaia di ricette fruttariane che esistono, oltre ovviamente con la squisita frutta consumata al naturale,

SI NOTERA' COME LA PAPILLA GUSTATIVA, DISINTOSSICANDOSI, MAI PIU' VORRA' ESSERE LETTERALMENTE SPORCATACOL "CIBO" PER GALLINE (cereali,legumi, ecc.), quest'ultimo risultando al gusto, dopo appena pochi mesi di suo inutilizzo,

ADDIRITTURA ESATTAMENTE COME SEGATURA. ANCHE LA SODDISFAZIONE PER NON AVER UCCISO NESSUNO, PUR NUTRENDOSI CON PIATTI ENORMEMENTE PIU' GIUSTOSI, E' TALMENTE PROFONDA CHE SI TRASFORMA AUTOMATICAMENTE PURE IN ALLEGRIA, E, COL TEMPO, FELICITA'.

Impatto ecosistemico ed impatto etico del consumo di "VERDURE":

del tutto simile a quello del consumo di "semi", ma la pianta in questione è ADDIRITTURA ADULTA; scientificamente mangiare una "verdura" è mangiare letteralmente un CADAVERE DI PIANTA (o di un suo organo), cioè una VERA E PROPRIA BISTECCA DI PIANTA

L'impatto ecosistemico è quasi identico a quello del consumo di semi. L'impatto etico è da un lato numericamente inferiore a quello del consumo di semi, ma dall'altro è QUALITATIVAMENTE SUPERIORE, IN QUANTO SI TRATTA DI UNA PIANTA ADDIRITTURA ADULTA. Siccome ogni pianta è perfettamente UNA PERSONA COME NOI,

come meglio descritto scientificamente sopra, DOTATA DI TUTTI GLI STESSI TESSUTI, ORGANI, E APPARATI COME NOI, CON FUNZIONI ASSOLUTAMENTE PARALLELAMENTE IDENTICHE, e, soprattutto, come abbiamo visto, anche di un perfetto SISTEMA NERVOSO VEGETALE, capace di farla reagire a stimoli esterni ESATTAMENTE COME NOI, compreso la fondamentale caratteristica di MANIFESTAZIONI TIPICHE ANCHE DELLA SOFFERENZA ANIMALE, CHE USA TUTTI I GIORNI UN LINGUAGGIO ADDIRITTURA COMPLESSO FATTO DI ONDE ELETTROMAGNETICHE,

(sotto certi aspetti, persino più evoluto del nostro perchè manifesta anche le caratteristiche tipiche della TELEPATIA) e persino diverso da specie a specie, insomma, almeno per questi motivi di base,

DOBBIAMO SEMPRE AVERE IL MASSIMO RISPETTO PER QUESTE PERSONE VEGETALI. Tra l'altro, le piante, COME TUTTE LE ALTRE SPECIE, anche animali, compreso la nostra, proprio pure per il fatto che le piante hanno linguaggi

diversi a seconda della specie, VIVONO IN GRUPPI SOCIALI costituiti di piante uguali, PROPRIO ESATTAMENTE COME NOI (e gli altri animali), e quindi costituiscono

IL GRUPPO SOCIALE DI PINI, chiamato pineta,
IL GRUPPO SOCIALE DI FAGGI, chiamato faggeta,
IL GRUPPO SOCIALE DI GINESTRE, chiamato ginestraio,

UN GRUPPO SOCIALE DI PIANTE ERBACEE, chiamato prato, IL GRUPPO SOCIALE DI PIANTE DI CAROTA, IL GRUPPO SOCIALE DI PIANTE DI FINOCCHIO, IL GRUPPO SOCIALE DI PIANTE DI LATTUGA, ecc.

Quindi, così come consideriamo ASSOLUTAMENTE VIOLENTO l'atto di solo maltrattare un albero, ad esempio prendendolo a sassate, consideriamo, a maggior ragione ESTREMAMENTE PIU' VIOLENTO, ad esempio, strappargli un ramo.

Ovviamente, UNA DELLE VIOLENZE MAGGIORI IN ASSOLUTO si ha quando all'albero, ad esempio, si cerca di segargli il tronco, ferendolo.

Questo è cosiderato un atto E' VIOLENTISSIMO E DA ASSOLUTAMENTE MAI DI FARE, ma addirittura, se qualcuno cerca di farlo, in tutto il mondo

CI SONO STATE INNUMEREVOLI MANIFESTAZIONI DI MIGLIAIA DI PERSONE A DIFESA DI MOLTE PIANTE,

molte persone sono andate addirittura a vivere moltissimi mesi sopra un singolo albero che si era deciso di tagliare

PROPRIO PER EVITARE DI FARLO TAGLIARE,

con vere e proprie catene umane per portar loro il cibo, e dispendio di moltissime risorse personali di ogni tipo, compreso il tempo dedicato,

E TUTTO CIO' PER LA VITA DI UN SOLO ALBERO.

Ebbene, SICCOME OVVIAMENTE UNA VITA MAI VALE IN FUNZIONE DEL PESO DELL'ESSERE VIVENTE, COSI' COME LA VITA DI UNA FORMICA MAI VALE INTRINSECAMENTE CERTO MENO DELLA VITA DI UN ELEFANTE,

visto anche che entrambi hanno solo quella, così, esattamente,

LA VITA DI UNA PIANTA PIU' PICCOLA, come, ad esempio, una PIANTA DI CAROTA [che ha strutture perfettamente identiche, come apparato scheletrico (il fusto), come apparato polmonare (le foglie), un sistema nervoso vegetale prima descritto, quindi la capacità, esattamente come noi, di reagire agli stimoli esterni, di manifestare chiaramente sofferenza, la capacità di comunicare con i suoi simili, ecc.], MAI VALE INTRINSECAMENTE CERTO MENO DELLA VITA DI UNA ALTRA PIANTA.

E' esattamente per questo motivo che andare verso una pianta di carota, prendere con una mano il suo fusto, tirarla verso l'alto fino a SRADICARE COMPLETAMENTE IL SUO APPARATO BOCCALE, cioè proprio la radice che "mangiamo", è un atto della MASSIMA VIOLENZA IN ASSOLUTO,

QUELLA ADDIRITTURA DI UCCIDERE NEL PEGGIORE DEI MODI UN ESSERE VIVENTE, NULLA HA DI DIVERSO, FINO AL MINIMO DETTAGLIO,

dallo stesso identico tipo di uccisione fatto ad una pianta, spesso anche una sola e anche di poco più grande,

PER LA QUALE, CON GRANDISSIMO DISPENDIO DI ENERGIE, SI ORGANIZZANO INTERE MANIFESTAZIONI, ANCHE CON MIGLIAIA DI PERSONE, PER MOLTISSIMI MESI, FINO ADDIRITTURA A COMBATTERE FISICAMENTE E RISCHIARE PERSINO LA PROPRIA VITA PER DIFENDERE LA PIANTA.

E' per lo stesso identico motivo CHE SI DEVE ESSERE PRONTI A DIFENDERE, AD INFINITA MAGGIOR RAGIONE, proprio nello stesso identico modo, IL FRUTTARISMO, ED IN PARTICOLARE IL MELARISMO, Che, DA SOLI SALVANO, invece, ADDIRITTURA OGNI GIORNO, MILIARDI DI PERSONE CHIAMATE PIANTE DA ATROCI SOFFERENZE DI QUESTO TIPO. IL SOLO FATTO CHE LE LORO URLA STRAZIANTI SIANO FATTE DI ONDE ELETTROMAGNETICHE, e che, quindi, sono unudibili ,CI VEDE NELLA POSIZIONE DALL'AVERE PER LORO IL MASSIMO RISPETTO.

Anzi, siccome è facile rispettare uno grande e grosso, è proprio, invece, rispettando i più deboli ed indifesi in assoluto che manifestiamo la nostra evoluzione, che, come abbiamo detto, è perfettamente proporzionale, persino anche scientificamente, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE AL NOSTRO LIVELLO ETICO, ANCHE E SOPRATTUTTO COME SINGOLI. Quindi la definizione scientifica esatta di questo presunto "cibo" non è "verdura" (che è solo un gergo popolare

ADDIRITTURA ESTREMAMENTE OFFENSIVO PER VERE E PROPRIE PERSONE VEGETALI),

ma perfettamente, sapendo ormai che è una persona, CADAVERE DI PIANTA (o di un suo organo), o BISTECCA DI PIANTA (visto anche che è dotata, come abbiamo detto, di cellule, tessuti, organi ed apparati DEL TUTTO ANALOGHI A QUELLI ANIMALI, diversi solo per dettagli).

Il fatto che, poi, la forma esteriore di una pianta è quella di una PERSONA che di diverso da un animale (le cui forme molto spesso sono ancora più "vegetali" di quelle delle piante stesse, come le attinie o moltissime analoghe colonie animali sottomarine che sembrano esattamente foreste) ha solo ed esclusivamente il semplicissimo fatto che può muoversi un po' meno (e nemmeno da tutti, visto che anche moltissimi animali, come i coralli ed animali analoghi, si possono muovere MOLTO MENO DELLE PIANTE, specialmente di quelle dotate di movimento autonomo, come le piante carnivore e piante simili; in altri termini, se rispettiamo il corallo, che è un animale |ma più fermo di una pianta|,

A MAGGIOR RAGIONE DOBBIAMO RISPETTARE UNA PIANTA,

che è meno ferma ma ha, come abbiamo visto, un SISTEMA NERVOSO addirittura più grande, più complesso e più evoluto), ciò dovrebbe portarci a rispettare questa PERSONA VEGETALE MOLTISSIMO DI PIU', visto anche che è SOLO ED ESCLUSIVAMENTE GRAZIE A LORO che possiamo RESPIRARE e NUTRIRCI con i loro doni fruttiferi. SONO LA NOSTRA MADRE PIU' VICINA.

Gli orientali, con la loro cultura millenaria, dicono che

FINO A CHE EVITEREMO DI IMPARE A PERDONARE UN ALTRO VIVENTE PER ESSERE DIVERSO DA TE SARAI BEN LUNGI DALLA VIA DELLA SAGGEZZA.

E' poi altrettanto ovvio che, come predetto, anche a livello scientifico più approfondito,

SE CI SI NUTRE DELLA MORTE, SI ACQUISTERANNO TUTTE LE CARATTERISTICHE DELLA MORTE: TRISTEZZA, MALATTIA, MORTE STESSA; SE CI SI NUTRE DELLA VITA (cioè lasciando la vita intatta, come avviene solo con la frutta) SI ACQUISTERANNO TUTTE LE CARATTERISTICHE DELLA VITA: ALLEGRIA, SALUTE, LONGEVITA' ASSOLUTA (in aspetto fisico giovane).

Dall'antirazzismo all' ANTISPECISMO (da evitare di confondere assolutamente con l'antispecismo solo animale)

Così come è intrinseco nella psicologia (di animale fruttivoro, e quindi, come abbiamo analizzato sopra, pacifico e al massimo livello etico) della specie umana l'antirazzismo, cioè il sentimento profondo che tutte le razze hanno uguale diritto di essere rispettate, fino a diventare, come da tempo, legge giuridica addirittura internazionale, così è già intrinseco nella psicologia della specie umana l'ANTISPECISMO, cioè il sentimento profondo che TUTTE LE SPECIE VIVENTI, quindi sia animali che vegetali, HANNO UGUALE DIRITO DI ESSERE RISPETTATE. NESSUNO, infatti, neanche il più onnariano degli umani, E' INTRINSECAMENTE CONTENTO DI UCCIDERE (un animale o una pianta) PER MANGIARE; TUTTI (a parte forme patologiche) sono difatti d'accordo che, SE POTESSERO, A PARITA' DI GUSTO, OVVIAMENTE PREFERIREBBERO DEL TUTTO EVITARE UCCIDERE ASSOLUTAMENTE NESSUNA FORMA DI VITA DELL'INTERO UNIVERSO.

Ed è proprio in questo "se potessero" l'assolutamente unico ostacolo.

Infatti, l'unico problema è solo ed esclusivamente che, ancora in troppi, non sono stati informati, anche scientificamente, CHE POSSONO, ma che, CON UN GUSTO DEL PALATO ADDIRITTURA INFINITAMENTE SUPERIORE (come spiegato nel capitolo relativo alla scienza dell'alimentazione moderna), E' PERSINO DEL TUTTO L'UNICO MODO PER ESSERE IN PERFETTA SALUTE, LONGEVITA' E FELICITA'.

Lo scopo di questo testo è anche questo: diffondere in maniera più ampia questi dati scientifici, conosciuti e soprattutto vissuti da moltissime persone in tutto il mondo, e farli conoscere finalmente a tutti, per il loro bene e quello dell'intero pianeta.

Inoltre, è assolutamente scorretto considerare l'antispecismo solo animale, non considerando che la parola "SPECIE" RIGUARDA ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ESSERI VIVENTI, CIOE' SIA LE SPECIE ANIMALI CHE LE SPECIE VEGETALI, e, quindi, L'ANTISPECISMO COMPRENDE L'ASSOLUTO RISPETTO DI ENTRAMBE LE COMPONENTI, SIA VEGETALE CHE ANIMALE (l'antispecismo non si deve confondere con l'antiregnismo, che, invece, riguarderebbe anche il regno minerale, anche se, a rigore, come vedremo, non sarebbe scientificamente scorretto).

L'ANTISPECISMO, quindi, è solo IN MANIERA DEL TUTTO MINIMA legato al veganismo (che attua, infatti, solo un antispecismo MINIMALE, TRALASCIA PERSINO LA STRAGRANDE MAGGIORANZA DI SPECIE VIVENTI MASSACRATE DALLA SOLA "ALIMENTAZIONE" UMANA, CHE SONO PER ADDIRITTURA OLTRE IL 90% VEGETALI, E

SOLO PER MENO DEL 10% ANIMALI), SI RIFERISCE QUASI SOLO ED ESCLUSIVAMENTE AL FRUTTARISMO E MELARISMO (visto che sono gli unici modelli alimentari al mondo CHE SALVANO LA VITA AD ENTRAMBE LE TIPOLOGIE DI SPECIE VIVENTI, VEGETALI ED ANIMALI).

Ecosistemica del fruttivorismo (e malivorismo): L'UOMO E' LA COMPONENTE ANIMALE DELLA DISSEMINAZIONE ZOOCORA. Biomeccanica del PARTO VEGETALE

Il fruttivorismo (con il frutto specie-specifico) per gli altri primati, ed il malivorismo per la specie umana, sono inseriti nel quadro ecosistemico più ampio denominato scientificamente DISSEMINAZIONE ZOOCORA: la pianta fruttifera (più esattamente e tecnicamente tutte le spermatofite angiosperme dicotiledoni a frutto polposo), quando deve riprodursi, genera I SUOI FIGLI, chiamati nella storia antica erronemente "semi" [seme (e questo vale per tutti i "semi", compresi legumi, cereali e "semi" oleosi) in biologia, è solo il gamete, maschile o femminile, ancora prima della fecondazione (come, ad esempio, il polline per i vegetali, che per noi corrisponde allo spermatozoo), mentre in realtà esso è un vero e proprio

CUCCIOLO VEGETALE,

il termine biologico tecnicamente esatto è embrione, che la pianta madre cresce e protegge con enorme e meticolosissima cura e dispendio di energie: infatti pone insieme a lui (ma come componente dell'embrione stesso, sempre all'interno del "seme"e le cui molecole faranno parte di lui successivamente) molteplici sostanze per nutrirlo, ma, proprio per cercare disperatamente di proteggerlo (esattamente dall'essere mangiato), lo circonda anche di una grande quantità di sostanze chimiche altamente velenose, come minimo altamente tossiche (le famose sostanze secondarie killer), (tanto che lo scienziato che è stato considerato il più grande genetista al mondo in assoluto, Ames, le ha definite addirittura "molto più velenose, tossiche, numerose e pericolose anche del più tossico veleno usato per l'agricoltura, dagli antiparassitari, anticrittogamici, ecc.") che hanno precisamente il compito di CERCARE DI UCCIDERE CHIUNQUE MANGI IL FIGLIO ("seme") della pianta madre (del tutto al contrario, il frutto è l'unica componente vegetale, che, avendo invece una finalità proprio esclusivamente alimentare, non solo non possiede sostanze secondarie killer, ma addirittura, per l'interesse stesso della pianta, ogni sua molecola mira alla salute massima dell'animale specie-specifico; eventuali tracce infinitesimali di cosiddette "sostanze secondarie" in un frutto, ancora non solo non sono "killer", specialmente per l'animale specie-specifico, ma sono circondate da altre sostanze che le rendono persino utilissime per l'animale stesso)],

MA SUBITO LI CIRCONDA PROPRIO CON LA POLPA DEL FRUTTO.

Questo per un motivo molto semplice: se facesse solo i "semi" (embrioni), questi cadrebbero poi perpendicolarmente sotto la pianta madre e, crescendo, le piante figlie si soffocherebero a vicenda, e soffocherebbero, a loro volta, anche la pianta madre.

Proprio per questo motivo, la pianta madre, per fare arrivare i suoi figli in un punto più lontano da lei,

LI CIRCONDA METICOLOSAMENTE CON UNA POLPA (IL FRUTTO) che rende accuratamente sempre più COLORATA, PROFUMATA, GUSTOSA E DOLCE proprio esattamente IN MODO TALE CHE UN ANIMALE (per esempio, un uomo, o un altro primate fruttivoro) NE SIA ASSOLUTAMENTE ATTRATTO IL PIU' POSSIBILE,

PRIMA DAL COLORE (appositamente diverso da quello delle foglie, proprio per consentire all'animale di individuarlo anche da lontano; da sottolineare come, invece, prima di giungere a maturazione, qualsiasi frutto al mondo è dello stesso colore, verde, come le foglie stesse, proprio per consentire, al suo interno, all'ovulo di trasformarsi nel vero e proprio cucciolo di pianta, senza che l'animale ne sia attratto prima),

POI DAL PROFUMO (anche il profumo si produce solo dopo che il figlio della pianta madre è giunto a maturazione, in modo tale che l'animale non ne sia attratto prima), E POI DALLA SUA GUSTOSITA' E DOLCEZZA (sempre per gli stessi motivi suddetti, anche queste due caratteristiche del frutto si manifestano solo dopo che il figlio della pianta madre è giunto a maturazione), e che (pensiamo, ad esempio, ad una pesca), DOPO AVERNE MANGIATO LA POLPA, spesso anche spostandosi di molto, GETTI POI IL FIGLIO ("seme") IN UN PUNTO COMUNQUE PIU' DISTANTE DALLA PIANTA MADRE.

Quindi, l'azione, ad esempio, dell'uomo, di mangiare la polpa attorno al figlio della pianta e gettare istintivamente quest'ultimo lontano da lei, è esattamente un vero e proprio PARTO VEGETALE (la sua analisi, in ecosistemica fisica, è denominata proprio BIOMECCANICA DEL PARTO VEGETALE), cioè,

CONSUMANDO LA POLPA (IL FRUTTO, che funge anche da placenta vegetale), consentiamo alla pianta madre letteralmente DI PARTORIRE SUO FIGLIO, aiutando enormenente quest'ultima anche nel difficile compito della continuazione della sua specie.

Questo è un esempio di DISSEMINAZIONE ZOOCORA, e quindi di FRUTTIVORISMO, un fenomeno naturale anche molto bello e affascinante, UN ESEMPIO MERAVIGLIOSO DI AIUTO RECIPROCO TRA DUE SPECIE, ADDIRITTURA UNA

ANIMALE ED UNA VEGETALE, in cui la prima CONSENTE ALL'ALTRA DI PARTORIRE dando la possibiltà di vita stessa a suo figlio (ponendolo anche più lontano dalla pianta madre),

e la seconda, in cambio, CONSENTE ALL'ANIMALE DI NUTRIRSI, ed addirittura nel modo migliore e più salutare che esiste, donandogli come ringraziamento, ANCHE IL PIU' BEL REGALO IN ASSOLUTO che, ad esempio, UN UOMO POSSA RICEVERE: LA SALUTE PERFETTA, e quindi, in natura, anche LA FELICITA'.
Il fruttivorismo (e malivorismo) è una RELAZIONE INTERSPECIFICA SIMBIOTICA: cioè una simbiosi perfetta tra primate (tra cui l'uomo) e la pianta madre fruttifera, che dura da oltre 60 MILIONI DI ANNI

Nel caso particolare del fruttivorismo della specie umana, più tecnicamente, l'uomo è definito LA COMPONENTE ZOOCORA DELLA DISSEMINAZIONE, in pratica, una SIMBIOSI PERFETTA, tra 2 specie, e addirittura tra 2 regni (animale e vegetale); infatti, nella scienza ecosistemica, la disseminazione zoocora, e quindi il FRUTTIVORISMO, è definito esattamente RELAZIONE INTERSPECIFICA DI SIMBIOSI FITO-ZOOLOLGICA.

Questo fenomeno naturale è fondamentale nella storia evolutiva della vita stessa; è un fenomeno che, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia, in altre forme, è sempre esistito da quando è comparsa la vita sul pianeta circa 4 miliardi di anni fa, ma che si è perfezionato in questo modo addirittura NEGLI ULTIMI 60 MILIONI DI ANNI:

Infatti, i PRIMATI e proprio gli ALBERI FRUTTIFERI a frutto polposo, siano comparsi sul pianeta IN MODO ASSOLUTAMENTE CONTEMPORANEO 60 MILIONI DI ANNI FA, a comprovare una LORO FORMIDABILE CO-EVOLUZIONE, che li ha resi SEMPRE PIU' ASSOLUTAMENTE COMPLEMENTARI (compresa la COMPLEMENTARITA' TROFICA, cioè tra il PRIMATE e il FRUTTO POLPOSO),

sia dal punto di vista BIOCHIMICO,
sia dal punto di vista STRUTTURALE,

fino a diventare del tutto non solo inseparabili, ma addirittura INDISPENSABILI RECIPROCAMENTE.

Quindi, mai sorprende gli scienziati il fatto che SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON UN FRUTTO IL PRIMATE UOMO PUO' RAGGIUNGERE LA SALUTE PERFETTA, proprio perchè è LA PERFETTA CONTINUAZIONE BIOCHIMICA L'UNO DELL'ALTRO, perfezionatasi fino al più microscopico e biochimico dettaglio A PARTIRE DA ALMENO BEN 60 MILIONI DI ANNI, come ha mostrato chiaramente, tra i tantissimi, anche lo scienziato Sirtori nei confronti della mela.

PRIMATE (come l'UOMO) e FRUTTO POLPOSO, quindi, sono il MODELLO PIU' EMBLEMATICO ED EVOLUTO IN ASSOLUTO DELLA FANTASTICA SIMBIOSI che c'è sempre stata, in maniera sempre e tutt'ora crescente, TRA ANIMALI E PIANTE.

Fruttarismo (e specialmente melarismo):
Modello alimentare al MASSIMO LIVELLO ETICO in quanto è

L'UNICO MODO SENZA UCCIDERE (nè animali nè vegetali) ma addirittura, al tempo stesso, SI SALVA LA VITA (alla pianta)

Questa simbiosi è affascinante ed assolutamente attraente scientificamente e anche DAL PUNTO DI VISTA ETICO: l'uomo, quando si nutre di un frutto MAI UCCIDE NESSUN ESSERE VIVENTE, ma, come abbiamo visto, ADDIRITTURA AIUTA LA PIANTA MADRE A PARTORIRE I SUOI FIGLI.

La pianta, come accennavamo, fa il frutto proprio SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER ESSERE MANGIATO: essa lo produce, infatti, con una struttura a "sacchetto", CONTENENTE TUTTI I PIU' PERFETTI PRINCIPI NUTRITIVI (proteine, grassi, carboidrati, vitamine, sali minerali, acqua, ecc.),

(i quali lo rendono talmente gustoso che fa di esso l'unico cibo che di più al mondo l'uomo senza esser costretto a "condire" per poterlo mangiare), che entra in una fase assolutamente BIOSTAZIONARIA, in cui disattiva addirittura i cloroplasti, che si trasformano, con il processo di maturazione del frutto, gradualmente negli "statici" cromoplasti ("cromo"sta per colore), che sono precisamente quelle strutture che, conferendo al frutto un colore diverso dalle foglie, fanno in modo che l'animale lo distingua, e ne sia attratto anche da lontano, oltre ad innescarsi la produzione di un profumo specie-specifico per la specie animale a cui è destinato, ecc. (la pianta fa di tutto, quindi, PROPRIO PER FARLO MANGIARE, MA PERSINO NEL PIU' BREVE TEMPO POSSIBILE).

Quindi, MANGIARE SOLO FRUTTA (e, in particolare, quella adatta alla nostra specie) E' ASSOLUTAMENTE L'UNICO MODO CHE ABBIAMO PER NUTRIRCI SENZA UCCIDERE NESSUNO (o provocare sofferenza, o danneggiare), (sia riguardo altri animali, che le piante), (oltre, ovviamente, al più evoluto predetto respirarismo), MA ADDIRITTURA SI AIUTA QUALCUNO A SOPRAVVIVERE (in quanto la pianta a frutto polposo, senza l'animale che di esso si nutre gettando il seme più lontano, non ce la farebbe assolutamente, e nemmeno i suoi figli, perchè, come abbiamo già visto, se tutti i semi

cadessero per gravità sotto la pianta madre, le piante figlie risultanti si soffocherebbero a vicenda, e, allo stesso tempo, soffocherebbero la pianta madre), quindi praticamente SI SALVA LETTERALMENTE QUALCUNO.

Dunque, è assolutamente corretto dire che il FRUTTARISMO e, per la specie umana, specialmente il MELARISMO, MAI UCCIDE, ma addirittura, al contrario, SALVA LA VITA (della SPECIE VEGETALE, e, in particolare, sia quella pianta MADRE che della pianta FIGLIA, MA ANCHE LA NOSTRA).

Melarismo: LIVELLO ETICO MOLTO MAGGIORE RISPETTO AL FRUTTARISMO

in quanto SALVA LA VITA vegetali E ANCHE AD ANIMALI Il MELARISMO, ovviamente, HA UN LIVELLO ETICO ANCORA MOLTO MAGGIORE (rispetto al fruttarismo), cioè SALVA LA VITA IN MANIERA ESTREMAMENTE PIU' ESTESA (vale a dire nel mondo vegetale, ma anche, ed in maniera ancora più vasta, NEL MONDO ANIMALE), in quanto MAI SOTTRAE CIBO (l'altra frutta) che è previsto, al contrario, dalla natura assolutamente ed esclusivamente

PER TUTTE LE ALTRE SPECIE ANIMALI FRUTTIVORE [come abbiamo già visto, in natura, OGNI TIPO DI FRUTTA HA UNA SUA ESATTISSIMA SPECIE ANIMALE CORRISPONDENTE CHE SE NE NUTRE

e con la quale ha effetuato strettissima CO-EVOLUZIONE STRUTTURALE E BIOCHIMICA, COME MINIMO per totali MILIONI DI ANNI (che, in paleontologia, è la quantità temporale ASSOLUTAMENTE MINIMA per una qualsiasi MODIFICA FILOGENETICA |evolutiva|, sia di tipo strutturale che biochimico, CHE PORTA L'ANIMALE ALLO SPECIFICO ADATTAMENTO PER QUEL PARTICOLARE TIPO DI FRUTTO) e, quindi, quel frutto è

ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE PER LA SOPRAVVIVENZA IN SALUTE DEL CORRISPONDENTE ANIMALE,

sia del singolo individuo che della intera sua specie], ma addirittura MAI TOGLIE TERRITORIO E SPAZIO ASSOLUTAMENTE VITALE, TOTALMENTE INDISPENSABILE per la salute, per la vita sociale, per il delicato equilibrio ecosistemico interspecifico, per la riproduzione, ecc. DI TUTTE LE ALTRE PREDETTE SPECIE ANIMALI FRUTTIVORE.

Orgoglio melariano (e respirariano)

I MELARIANI (e, ovviamente, in misura ancora maggiore i RESPIRARIANI), quindi, possono essere persone finalmente totalmente orgogliose di questo loro stile di vita,

PER LA LORO PERFETTA SALUTE E PER TUTTO CIO' CHE NE CONSEGUE, ma anche per il fatto che IL LORO IMPATTO SOCIO-AMBIENTALE ALIMENTARE E' ASSOLUTAMENTE NULLO, su tutte le altre specie, sia ANIMALI CHE VEGETALI, MA ANCHE E SOPRATTUTTO, come stiamo per vedere, SUL RESTO DELLA SPECIE UMANA.
Conseguenze ecosistemiche (ulteriori) del evitare di essere melariani (o, almeno, fruttariani):
IMPATTO SOCIALE, ADDIRITTURA MONDIALE, VIOLENTISSIMO

Infatti, specialmente in una società come la nostra, IN CUI OGNI SINGOLA AZIONE PERSONALE DIVENTA ECONOMIA GLOBALE [ed IL MERCATO ALIMENTARE E' PERSINO IL PRIMO MERCATO MONDIALE in termini stessi di fatturato (è anche logico visto che oltre 7 milardi di persone devono devono mangiare tutti i giorni, e mediamente 3 volte al giorno, per 365 giorni all'anno; contrariamente a praticamente tutto il resto, come, ad esempio, televisione, radio, frigo, ecc. che si comprano una volta sola, o al limite si cambiano dopo molti anni)] è proprio il

GESTO PERSONALE DI CONSUMARE UNO QUALSIASI DEI PRESUNTI "CIBI" DIVERSI DA MELE (E FRUTTA), (specie nel nord del pianeta), CHE DIVENTA POI (specie nel sud del pianeta) ADDIRITTURA UCCISIONE DIRETTA DI PERSONE, IN PARTICOLARE ANCHE DI BAMBINI (che se la sorte girava diversamente eravamo NOI STESSI), CHE MUOIONO (per considerare solo la morte esclusivamente per fame) AL RITMO (esattamente misurato dall'ONU) ORRENDO DI BEN 40.000 OGNI GIORNO, dell'intero anno, cioè 28 AL MINUTO, cioè UNA PERSONA ("eventuale" di noi stessi) praticamente OGNI 2 SECONDI.

La dinamica economica fondamentale globale è, infatti, la seguente: qualsiasi presunto "cibo" diverso da mele (e, al limite, frutta), necessita (rispetto a queste ultime), a parità di quantità, addirittura, COME MINIMO, DA 18 A OLTRE 120 VOLTE (medie statistiche) PIU' TERRITORIO PER ESSERE PRODOTTO (senza nemmeno contare la superficie della restante impronta ecologica, dovuta al consumo enormemente più elevato di acqua, petrolio, macchinari, ecc.), a seconda che sia di origine rispettivamente vegetale (in ordine crescente, dalle verdure ai semi) o di origine animale;

il problema è anche che il nord del pianeta ha una superficie territoriale

CHE E' LONTANAMENTE DAL SODDISFARE SUFFICIENTEMENTE QUESTA ENORME QUANTITA' DI TERRITORIO IN PIU' (rispetto a mele e frutta) che necessitano tutti gli altri "cibi" inadatti alla nostra specie (per la sua popolazione), e,

quindi, le nostre multinazionali alimentari (nel loro insieme, più il relativo indotto, sono le più potenti multinazionali al mondo), (o come conseguenza indiretta anche di autoproduzioni "alimentari" aspecifiche), sono assolutamente

COSTRETTE AD ACQUISTARE ANCHE ADDIRITTURA LA MAGGIOR PARTE DEI TERRENI DEL SUD DEL PIANETA, CHE INVECE SAREBBERO APPENA SUFFICIENTI PER SFAMARE LA SUA STESSA POPOLAZIONE.

Quest'ultima, che da sempre si era prodotta il proprio "cibo" coltivando proprio quei terreni,

VIENE LETTERALMENTE CACCIATA VIA DALLE PROPRIE TERRE (CON LE BUONE O CON LE CATTIVE), ed è COSTRETTA, ancora letteralmente, AD AMMUCCHIARSI SIA INTORNO ALLE CITTA' (del sud stesso del mondo) A FORMARE LE FAMOSE E AFFAMATE "BIDONVILLE",

e sia in qualsiasi altra zona residuale, ALLA RICERCA (pensiamo solo per un attimo che potevamo essere noi) ASSOLUTAMENTE DISPERATA, AFFANNOSA, DEL TUTTO UMILIANTE e soprattutto ESTENUANTEMENTE CONTINUA, DI QUALSIASI COSA DA POTER METTERE IN BOCCA, TROPPO SPESSO SENZA TROVARLO E MORENDO IN LUNGHISSIME E ATROCI AGONIE

(ci sono anche molti filmati di queste scene, in quanto quella rarissima volta che un operatore riesce a raggiungerle, quasi sempre, la persona ha già superato la nota soglia di irreversibilità del famismo, e quindi arriva alla morte per fame anche sotto le stesse telecamere).

Tutto questo è quindi COMPLETAMENTE FATTO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DA NOI, OGNUNO DI NOI, PROPRIO NELL'ESATTISSIMO E PRECISO ISTANTE STESSO IN CUI CONSUMIAMO UN ASSOLUTAMENTE QUALSIASI PRESUNTO "CIBO" INADATTO ALLA NOSTRA SPECIE.

Conseguenze ecosistemiche (ulteriori) del evitare di essere melariani (o, almeno, fruttariani):

IMPATTO ADDIRITTURA BELLICO INTERNAZIONELE VIOLENTISSIMO MA SEMPRE ESATTAMENTE CON QUEL PRECISO GESTO DI CONSUMARE UN PRESUNTO "CIBO" DIVERSO DA MELA (E FRUTTA) FACCIAMO ANCHE UN'ALTRA TREMENDA COSA:

proprio solo ed esclusivamente per questo motivo principale DI RICERCA ALIMENTARE DISPERATA, IL SUD DEL PIANETA E' CONTINUAMENTE COSPARSO ANCHE DI TENSIONI E PICCOLE O GRANDI GUERRE, TRIBALI O NAZIONALI, CHE UCCIDONO ULTERIORI MOLTISSIME PERSONE, DONNE, UOMINI, ANZIANI E SPRATTUTTO BAMBINI

che hanno proprio il solo, unico, esclusivo scopo principale di ottenere, il più possibile, il controllo sulle ultimissime terre coltivabili residuali, visto che la maggioranza di esse gli è stata tolta

PROPRIO ESATTAMENTE DA NOI STESSI, OGNUNO DI NOI, SEMPRE COL PREDETTO E UNICISSIMO GESTO.

Il risultato numerico è che, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER CONSUMARE I PRESUNTI "CIBI" INADATTI ALL'UOMO, meno di 1,3 miliardi di persone del nord del pianeta, TOLGONO LETTERALMENTE L'INDISPENSABILE TERRENO PER SFAMARSI

AI RESTANTI 5,7 MILIARDI DI PERSONE specialmente NEL SUD DEL MONDO, dei quali OLTRE 4,8 MILIARDI in aumento (dati specifici ONU) STA ASSOLUTAMENTE SOFFRENDO LA FAME,

e di questi ultimi, OLTRE 1,2 MILIARDI DI PERSONE in aumento STA ADDIRITTURA LETTERALMENTE MORENDO DI FAME, PROPRIO AL RITMO ORRENDO, solo per parlare di BAMBINI, DI OLTRE 40.000 AL GIORNO.

Conseguenze ecosistemiche (ulteriori) del evitare di essere melariani (o, almeno fruttariani): determinazione della

PIU' GRAVE EMERGENZA ADDIRITTURA MONDIALE MAI ESISTITA NELLA STORIA DELL'UOMO, LA CRISI ALIMENTARE MONDIALE (spiegata anche dall'ONU), e, come DIRETTA CONSEGUENZA (compreso il suo indotto), TUTTE LE ALTRE CRISI MONDIALI (climatica, ambientale, sociale, economica, politica, ecc.)

Proprio questo SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE (industriale o autoprodotta) costituisce per le Nazioni Unite (ONU, che unisce tutte le 192 Nazioni dell'intero pianeta) IL PIU' GRAVE E URGENTE PROBLEMA CHE ESISTE AL MONDO IN ASSOLUTO, in quanto oltre al ritmo impressionante di PERSONE CHE STA MORENDO, è anche la CAUSA DEL TUTTO FONDAMENTALE DI ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ATRI PROBLEMI (GLOBALI E LOCALI),

come, ad esempio, anche il RISCALDAMENTO GLOBALE (causa dei sempre più frequenti immani disastri in tutto il mondo, dovuto principalmente proprio sia alle emissioni della PRODUZIONE "ALIMENTARE" INADATTA ALL'UOMO e di tutto il suo INDOTTO, e sia alla deforestazione continua dovuta proprio principalmente ALLA RICERCA DISPERATA DI ALTRI TERRENI AGRICOLI da parte delle nostre MULTINAZIONALI "ALIMENTARI").

Questa situazione di ASSOLUTA EMERGENZA MONDIALE, la più grave, grande e urgente mai avvenuta nella storia dell'uomo, è conosciuta come CRISI ALIMENTARE MONDIALE.

Conseguenze ecosistemiche (ulteriori) del evitare di essere melariani (o, almeno, fruttariani):

COMPARAZIONE DEL PIU' GRANDE MASSACRO MAI AVVENUTO NELLA STORIA

con il

GIGANTESCO MASSACRO QUOTIDIANO DETERMINATO DALL' "ALIMENTAZIONE" INADATTA ALLA NOSTRA SPECIE

Per poter capire minimamente

L'ENORME GRAVITA' DI QUESTO MASSACRO DI PERSONE, UOMINI, DONNE, ANZIANI, BAMBINI, DOVUTO ALLA NOSTRA "ALIMENTAZIONE" ASPECIFICA, E AVVENENTE ANCHE IN QUESTI ESATTISSIMI SECONDI,

è assolutamente doveroso confrontarlo col PIU' GRANDE MASSACRO AL MONDO MAI ESISTITO NELLA STORIA DI TUTTI I TEMPI: il cosiddetto Olocausto perpetrato da Hitler, che fece uccidere circa ben 6 MILIONI DI PERSONE (nel giro di alcuni anni). Ebbene, ognuno di noi deve necessariamente sapere, e possibilmente diffondere, che,

QUANDO CONSUMA UN QUALSIASI PRODOTTO "ALIMENTARE" INADATTO ALLA NOSTRA SPECIE, in quell'esatto momento,

E' PURTROPPO (DI FATTO) ESATTAMENTE UN PICCOLO HITLER, IN QUANTO PARTECIPA,

del tutto attivamente ed assolutamente DIRETTAMENTE, AD UN MASSACRO (per fame, o guerre, o conseguenze analoghe)

DI UOMINI, DONNE, ANZIANI, E SOPRATTUTTO BAMBINI, I PIU' INDIFESI, CHE, PERO', E' ADDIRITTURA MOLTO PIU' GRANDE DI QUELLO STESSO FATTO DA HITLER:

infatti 40.000 persone al giorno significano ESATTAMENTE 14 MILIONI E 600.000 PERSONE ADDIRITTURA OGNI SINGOLO ANNO; cioè,

OGNI SINGOLO ANNO MASSACRIAMO MOLTO PIU' DEL DOPPIO DELLE PERSONE UCCISE NEL PIU' GRANDE E ORRENDO MASSACRO DI TUTTI I TEMPI.

C'è, però, una differenza assolutamente fondamentale: a differenza dei soldati di Hitler,

NOI, OGNUNO DI NOI, ANCHE A LIVELLO DEL TUTTO PERSONALE, PUO' SCIEGLIERE DI EVITARE DI FARLO, SEMPLICISSIMAMENTE EVITANDO DI CONSUMARE "CIBI" INADATTI ALLA NOSTRA SPECIE.

I nostri padri e i nostri nonni hanno combattuto coraggiosamente, disperatamente, e MOLTISSIMI DI LORO SONO MORTI PROPRIO PER QUESTO: per dare a noi oggi la stupenda possibilità di vivere almeno in una democrazia in cui possiamo avere, a nostra volta, il coraggio di dire, anche ad alta voce,

"NO", "IO A QUESTO SCHIFO NON PARTECIPO", e semplicemente APPLICARE QUESTA FRASE, senza essere processato e ucciso, come ai tempi di Hitler. FACCIAMO IN MODO CHE NON SIANO MORTI INVANO. FACILITA' ESTREMA nell'applicare la frase "NO", "IO A QUESTO SCHIFO NON PARTECIPO": NON SERVE FARE UNA SOLA COSA IN PIU' MA ADDIRITTURA UNA COSA IN MENO E,

una delle tante cose positive a livello personale, è che per mettere in pratica,anche da subito (ovviamente in modo graduale), questa nostra frase,

OCCORRE FARE ASSOLUTAMENTE NIENTE IN PIU' DI QUELLO CHE FACCIAMO NORMALMENTE, MA ADDIRITTURA QUALCOSA IN MENO: SEMPLICISSIMAMENTE EVITANDO DI CONSUMARE, , QUALSIASI PRESUNTO "CIBO" INADATTO ALLA NOSTRA SPECIE (risparmiando, così, anche un mucchio di soldi, di lavoro per

ottenerli, di lavoro in cucina, di tempo, di farmaci, ecc.).

Ecosistemica alimentare umana:

l'enorme distruttività del sistema di produzione alimentare mondiale attuale è potenziata anche da due delle sue stesse conseguenze: l'ESIGUITA' DI TERRITORIO COLTIVABILE e, specialmente, rispetto alla ENORMITA' DELLA POPOLAZIONE ATTUALE A livello ecosistemico globale, la problematica relativa alla MANCANZA DI LETTERALE SPAZIO FISICO,

da cui derivano anche il massacro giornaliero per fame, la quasi totalità delle guerre (sono tutt'ora molte decine nel mondo) o le pericolosissime tensioni internazionali attuali, la tremenda crisi urbanistica anche con i milioni di morti nelle bidonville specialmente del sud del mondo, ecc., è dovuta ad un motivo molto semplice (strettamente legato alla problematica dello sviluppo sostenibile, che dovrà far approdare ad una società sostenibile, che poi si perfezionerà nell'obiettivo ecosistemico finale: la società naturale): il pianeta è vasto

MA LA SUPERFICIE DI TERRITORIO COLTIVABILE E' PICCOLISSIMA (specialmente rispetto alla enormità della popolazione attuale).

Infatti, sui 51 miliardi di ettari dell'intero pianeta, tolta la superficie coperta dal mare, rimangono solo 15 miliardi di ettari di terre emerse; di questi ultimi, sottraendo la superficie coperta dai ghiacci, dai laghi, dai fiumi, la superficie del territorio montuoso scosceso o roccioso, dei deserti, delle foreste, del territorio non coltivabile, e di quello costruito (cioè la somma di tutte le città del mondo ed i restanti sistemi urbanistici, le infrastrutture, fino al fabbricato rurale singolo),

RIMANGONO SOLO MENO DI 1,3 MILIARDI DI ETTARI DI TERRITORIO COLTIVABILE, i quali sono già al MASSIMO DELLO SFRUTTAMENTO ADDIRITTURA INTENSIVO.

Modello alimentare onnariano:

per 7 miliardi di persone onnariane NEMMENO BASTEREBBERO 7 PIANETI (come la Terra)

L'innaturalità del modello alimentare onnariano è stata finora applicata fondamentalmente solo da meno di 1,3 miliardi di persone (principalmente nel nord del pianeta),

MA SE FOSSE ADOTTATO ANCHE DAI RESTANTI OLTRE 5,7 MILIARDI DI PERSONE (principalmente nel sud del pianeta), NEMMENO BASTEREBBERO 7 PIANETI PER NUTRIRE LA SPECIE UMANA.

Basterebbe solo questo semplicissimo dato di fatto, per dimostrare che la specie umana non è "onnivora": il modello alimentare onnariano è insostenibile, ma addirittura è ecosistemicamente TECNICAMENTE IMPOSSIBILE. Identico discorso vale, come vedremo meglio, anche per il modello alimentare vegetariano, per quello vegan, e per quello vegan-crudista: adottati da 7 miliardi di persone, sono insostenibili, ma addirittura sono ecosistemicamente tecnicamente ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILI.

Modello alimentare vegetariano:

per 7 miliardi di persone vegetariane NEMMENO BASTEREBBERO 6 PIANETI

Infatti, per un sistema di produzione alimentare naturale destinato a 7 miliardi di vegetariani, visto anche che servirebbe un numero ancora superiore di bovini da latte, anche per I formaggi, e di galline ovaiole, sia per il loro maggiore consumo dei vegetariani rispetto alle persone onnariane, e sia per l'estensione di questi prodotti al 65% della popolazione mondiale che oggi nemmeno riesce ad averne l'accesso, NEMMENO BASTEREBBERO 6 PIANETI.

Modello alimentare vegan:

per 7 miliardi di persone vegan NEMMENO BASTEREBBERO 4 PIANETI

Per un sistema di produzione alimentare naturale destinato a 7 miliardi di vegan, che si possono nutrire anche di "carne vegetale" o di qualsiasi altro "prodotto o sottoprodotto animale fatto con vegetali", come per esempio derivati del glutine di grano, del glutine di farro, derivati della soia, ecc., i quali prodotti, nel loro insieme, dimezzano solamente la necessità di territorio mondiale rispetto alla zootecnia, ed a cui vanno aggiunti legumi, cereali, semi oleosi, e tutti i tipi di verdure, oltre che frutta, NEMMENO BASTEREBBERO 4 PIANETI [senza nemmeno contare sia che la popolazione mondiale è in continuo aumento esponenziale, e sia che, esattamente al contrario, il territorio coltivabile mondiale sta diminuendo alla velocità enorme di molti milioni di ettari all'anno, principalmente per il fenomeno di erosione dei suoli, (dovuto alla semplice agricoltura), e per i processi di salinizzazione, (dovuti alla semplice irrigazione)].

Modello alimentare vegan-crudista:
per 7 miliardi di persone vegan-crudiste NEMMENO BASTEREBBERO 2 PIANETI

Per un sistema di produzione alimentare naturale destinato a 7 miliardi di vegan-crudisti [che si possono nutrire oltre che di tutti i tipi di frutta, anche di tutti i tipi di verdura, (specialmente quest'ultima ovviamente in quantità maggiore rispetto agli stessi vegan, ancora maggiore rispetto ai vegetariani e ancora maggiore ripetto agli onnariani),

oltre che tutti i tipi di semi oleosi, di cui si nutrono in maniera ovviamente più abbondante di tutte le altre categorie "alimentari", e inoltre di tutti i tipi di semi germinati (da non confondere coi germogliati), che comprendono anche tutti i tipi di cereali (grano, riso, farro, avena, ecc.), e tutti i tipi di legumi (soia, fagioli, ecc.), oltre che di tutti i semi germogliati (sempre anche cereali, legumi, ecc.)], proprio per la immensamente maggiore estesione territoriale, rispetto alla frutta, che richiedono le coltivazioni di tutti i suddetti prodotti "alimentari", presenti in maniera anche più abbondante nella loro "alimentazione" comparato a tutte le altre categorie "alimentari", per nutrire tutti i 7 miliardi di persone attuali in maniera vegan-crudista NEMMENO BASTEREBBERO 2 PIANETI.

ASSOLUTA IMPOSSIBILITA' TECNICA, su scala globale completa, dei modelli alimentari onnariano, vegetariano, vegan e vegan-crudista

Basterebbe anche solo ed esclusivamente questo semplicissimo dato di fatto per dimostrare che la specie umana, oltre che nemmeno "onnivora", nè "vegetariana", nè una specie "vegan", nè una specie "vegan-crudista": proprio perchè nell'intero ecosistema mondiale è, anche tecnicamente, ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE. (Senza, ancora una volta, nemmeno contare l'aumento esponenziale della popolazione mondiale e la velocissima diminuzione dei terreni agricoli, la cui produzione è calcolata sulla base di medie statistiche addirittura intensive, figuriamoci se fossero calcolate anche leggermente più estensive come un agricoltura minimamente più naturale richiederebbe).

Melarismo (e, al limite, fruttarismo):
è assolutamente L'UNICO MODELLO ALIMENTARE SOSTENIBILE SU SCALA GLOBALE,

ma lo è esclusivamente se la popolazione mondiale evita di cresce ancora di molto Dunque, anche la SCIENZA MODERNA dell' ECOSISTEMICA PIU' AVANZATA arriva alla stessa identica conclusione di tutte le altre scienze: SOLO ED ESCLUSIVAMENTE COL MODELLO ALIMENTARE MELARIANO

[o, entro certi limiti (i frutti "commestibili" sono numerose migliaia, di cui moltissimi anche di piante singole gigantesche), fruttariano], SI PUO' TECNICAMENTE (E NATURALMENTE) NUTRIRE TUTTA LA ATTUALE POPOLAZIONE MONDIALE, specialmente se si considera anche LO SPAZIO MINIMO NECESSARIO PER LA COLTIVAZIONE DIRETTA, E ANCHE LO SPAZIO PSICOLOGICO-VITALE ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE ANCHE SOLO PER LA SPECIE UMANA, sempre a patto, ovviamente, che la popolazione mondiale eviti di aumentare ancora di molto.

Siccome MAI SI PUO' PASSARE INDIFFERENTI SOPRA IL CADAVERE DI UN BAMBINO (anche 1 SOLO, figuriamoci 40.000 al giorno come oggi stesso, entro stasera, per il solo esclusivo fatto di utilizzare ancora "cibi" del tutto incompatibili con la nostra specie), SOPRATTUTTO SE A FARLO SIAMO OGNUNO DI NOI (invece di un orribile dittatore), QUANDO SAPPIAMO ESATTAMENTE COSA NON FARE PER EVITARLO SCIEGLIENDO IL MELARISMO (o, al limite, fruttarismo), (ovviamente gradualmente), sciegliamo, quindi,

DI EVITARE DI PARTECIPARE ASSOLUTAMENTE, NEMMENO MINIMAMENTE, ANCHE A QUESTO ORRENDO MASSACRO GIORNALIERO (muore, per esclusiva colpa nostra PERSONALE, UNA PERSONA OGNI 2 SECONDI); BASTEREBBE, ancora una volta, ANCHE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUESTO, PER SENTIRCI IN OBBLIGO DI FARLO, E DA SUBITO.

Carnivorismo, granivorismo, erbivorismo, ed analoghi, sono RELAZIONI INTERSPECIFICHE PREDATORIE, che, proprio per la precisissima scienza ecosistemica, SONO IN GRADUALE ESTINZIONE; SUL PIANETA RIMARRA' SOLO LA RELAZIONE INTERSPECIFICA SIMBIOTICA: cioè QUELLA FRUTTIVORA

Il fatto che tutti i modelli "alimentari" tranne il melarismo (e, al limite, il fruttarismo) SIANO DEL TUTTO ECOSISTEMICAMENTE IMPOSSIBILI PER LA SPECIE UMANA, mai stupisce gli scienziati in quanto proprio l' ECOSITEMICA MODERNA, ad esempio, lo scienziato ecosistemico considerato più grande e famoso al mondo, Odum, e tutti i congressi mondiali, hanno evidenziato chiaramente che ASSOLUTAMENTE TUTTI I SISTEMI DI PREDAZIONE [tecnicamente le relazioni interspecifiche (cioè tra due specie) predatorie],

[ad esempio,

- carnivorismo,

- Erbivorismo (anche l'erbivorismo è considerata assolutamente una relazione interspecifica di PREDAZIONE, in quanto UCCIDE la pianta, o, come minimo, DANNEGGIA MOLTO GRAVEMENTE organi, o addirittura apparati, dell'organismo della pianta),

- Granivorismo [anche il granivorismo è considerato assolutamente una relazione interspecifica di PREDAZIONE, in quanto UCCIDE l'embrione vegetale (il cosiddetto "seme")], compreso il "cibarsi" dell'uomo di "verdure" o di "semi" (le quali sono vere e proprie bistecche di pianta e uova di pianta), che è considerato assolutamente un atto di predazione], (e tutte le relazioni interspecifiche analoghe) SONO COMPLETAMENTE IN ESTINZIONE NATURALE (cioè non per cause umane),PER SEMPLICI MOTIVI DI ENTROPIA.

Questo vuol dire che IL PIANETA INTERO [con tutte le sue specie animali (compreso quella umana che sta solo in fase di riassetto) e vegetali]

SI STA EVOLVENDO VELOCEMENTE VERSO UN UNICO TIPO DI RELAZIONE BIOLOGICA INTERSPECIFICA: QUELLA SIMBIOTICA, cioè, in maniera definitiva, DI TIPO FRUTTIVORO.

Sembra come se E' LA NATURA STESSA CHE SI RIBELLA ASSOLUTAMENTE AL CONCETTO DI UCCISIONE, O DANNEGGIAMENTO, IN FASE ALIMENTARE: TUTTO CIO' CHE UCCIDE O DANNEGGIA LO FA ADDIRITTURA ESTINGUERE.

Quindi, per semplicissime questioni scientifiche entropiche (legate anche al principio fisico della minima energia),

SU QUESTO PIANETA RIMARRA' SOLO CHI E' IN SIMBIOSI (cioè in AIUTO RECIPROCO) CON TUTTE LE ALTRE SPECIE ANIMALI E VEGETALI,

in particolare I PRIMATI FRUTTIVORI, COMPRESO LA SPECIE UMANA, MA, sempre per motivi di entropia, SOLO LA PARTE DI ESSA CHE VIAGGIA VELOCEMENTE VERSO IL FRUTTARISMO E POI MELARISMO (e, ovviamente, respirarismo).

La MELA è il frutto FILOGENETICAMENTE PIU' EVOLUTO: frutto a struttura RICETTACOLARE

Solo una piccola precisazione botanica: per questioni di semplice dinamica evolutiva vegetale, nei milioni di anni, la (formazione e) struttura di un FRUTTO POLPOSO è passata dall'ingrosamento dell'ovario di un fiore, all' INGROSSAMENTO DEL RICETTACOLO di un fiore (che richiede, infatti, minore energia, anche biofisica, per la pianta). Quindi, l'evoluzione delle specie vegetali ha fatto passare da frutti ovarici (più primitivi), a FRUTTI RICETTACOLARI (più evoluti).

(Va, inoltre, precisato che, prima della botanica moderna, i frutti ricettacolari sono stati del tutto erroneamente detti, in gergo botanico antico, "falsi frutti", e ciò è avvenuto solo perchè i frutti ovarici, avendo passato tutte le epoche primitive precedenti, sono rimasti, ovviamente, in numero superiore; è come se, dopo la conquista della postura eretta da parte della specie umana, avessimo chiamato l'uomo "falso animale", solo perchè gli animali a quattro zampe, avendo passato tutte le epoche primitive precedenti,sono rimasti, ovviamente, in numero superiore).

Nel taxon filogenetico delle rosacee più evolute, il passaggio della struttura carpica (cioè del frutto) da ovarica a ricettacolare, avvenne principalmente proprio nel periodo (qualche milione di anni fa) e zona in cui parallelamente (per co-evoluzione) l'evoluzione animale ha fatto passare da alcuni primati antropomorfi a specie umana.

LA SPECIE UMANA SI E' CO-EVOLUTA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON I FRUTTI RICETTACOLARI (in particolare con quelli del taxon filogenetico più antico del Malus, il melo, il cui frutto, la MELA, costituisce anche l'esempio filogeneticamente più evoluto di frutto ricettacolare).

In parole più semplici, così come LA SPECIE UMANA E' LA PIU' EVOLUTA (sempre per i motivi di minima energia) A LIVELLO ANIMALE, parallelamente,

I FRUTTI RICETTACOLARI SONO I PIU' EVOLUTI A LIVELLO VEGETALE. (Quindi, se si sente, per la mela, ancora il gergo antico totalmente erroneo di "falso frutto", si intende solo FRUTTO RICETTACOLARE, che, invece, in botanica moderna, è proprio il tipo di FRUTTO PIU' VERO, nel senso che è esattamente il tipo di FRUTTO PIU' filogeneticamente EVOLUTO; essendo la mela, il frutto filogeneticamente più evoluto addirittura tra i frutti ricettacolari stessi, LA MELA è proprio IL FRUTTO PIU' VERO IN ASSOLUTO).

ECOSISTEMICA INSEDIATIVA umana; pianeta Terra:
transizione da una rete mondiale di città ad una RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI fino a una SOCIETA' NATURALE Tornando all'ecosistemica generale, l'intero ecosistema mondiale è quindi ALTERATO fondamentalmente proprio dall'attuale innaturale (aspecifico per l'uomo)

SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE GLOBALE

(che, come abbiamo visto, costituisce ampiamente anche il PRIMO MERCATO MONDIALE) che, con l'intero suo indotto, diretto ed indiretto, GENERA L'INTERO MODELLO DI SVILUPPO (capitalistico) insostenibile che attualmente è operativo su scala globale.

Quest'ultimo è semplicemente strutturato e distribuito in tutto il pianeta sotto forma di una fortemente primitiva (cioè ad alto consumo e addirittura spreco di energia) rete mondiale di città (le quali sono insediamenti umani del tutto non sostenibili, o sistemi urbanistici analoghi, come cittadine o paesini).

Per "CAMBIARE IL MONDO" (che sta diventando sempre di più "salvare il mondo"),

[cioè, arrivare ad una SOCIETA' SOSTENIBILE (= GEN, global ecovillage network, rete mondiale di ecovillaggi), e poi, ad una SOCIETA' NATURALE (= GNS, global natural society, società naturale globale, di cui parleremo piu' avanti)], c'è, quindi, come prima delle due suddette fasi, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UNA SOLA VIA POSSIBILE: semplicemente creare e poi infoltire, DA PARTE DI TUTTI, OGNUNO DI NOI,

Una RETE MONDIALE parallela di INSEDIAMENTI UMANI SOSTENIBILI chiamati ECOVILLAGGI (cioè villaggi ecologici), (anche iniziando dal circondario di ogni città stessa), [già è nata ufficialmente nel 1996, e denominata GEN (=Global Ecovillage Network, cioè RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI)],

che poi, esistendo contemporaneamente al modello di sviluppo capitalistico non sostenibile (rete mondiale di città), determinerà una situazione di "competizione pacifica" e stimolante tra i 2 sistemi di rete insediativa globale che, come in tutti i fenomeni naturali, anche intraspecifici, evolverà in una "selezione naturale" negativa della rete insediativa meno evoluta (che, per definizione, è quella che consuma e spreca più energia), quindi, ovviamente, di quella estremamente insostenibile (capitalistica, cioè la rete mondiale di città), la quale gradualmente si estinguerà, travasando lentamente la sua popolazione nel GEN e smaltendo, col tempo, i sistemi urbanistici cittadini, che saranno sempre più residuali, fino gradualmente a scomparire.

La seconda ed ultima fase, per "cambiare il mondo", è quella relativa alla SOCIETA' NATURALE GLOBALE, di cui, come predetto, parleremo più avanti. Per "CAMBIARE IL MONDO" non solo è MOLTO SEMPLICE ma è addirittura fantastico: è sufficiente che ognuno CAMBI IL "PROPRIO MONDO", cioè, come primo passo, fondi IL PROPRIO ECOVILLAGGIO

Per arrivare a tutto ciò è molto semplice: è sufficiente che OGNUNO DI NOI cominci a fare un ecovillaggio (ovviamente, in primis, a vantaggio di se stesso).

E' assolutamente ovvio che, siccome l'eco-villaggio deve essere prima di tutto (come dice la parola stessa) "ECO", quindi ecologico, cioè naturale (in senso locale e globale), (altrimenti è del tutto peggio di una stessa città, in quanto occuperebbe più territorio per abitante della città, addirittura comprendendo tutta la sua devastante impronta ecologica), deve essere basato, come abbiamo visto essere del tutto fondamentale, che su un SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE E ALIMENTAZIONE delle persone ASSOLUTAMENTE MELARIANA (o, al limite, fruttariana), sia per la propria salute, sia per la stessa vita delle altre persone del resto del mondo, oltre che quella di tutte le altre specie animali e vegetali.

Inoltre, solo ed esclusivamente in questo modo, per la cosa più importante in assoluto, e cioè

L'AUTOSUFFICIENZA ED AUTOPRODUZIONE ALIMENTARE, IL LAVORO E' PRATICAMENTE NULLO

e, quindi, ecocompatibile e sostenibile anche a livello psicologico per tutta la vita [un meleto, o, al limite frutteto, specialmente gestito con metodo naturale (cioè con il ripristino dell'ecosistema antropico, come vedremo più avanti), (come deve assolutamente essere sia per la salute delle piante, sia quella propria, sia per l'ecocompatibilità), è sempre la tipologia di produzione alimentare che fa lavorare meno in assoluto, soprattutto rispetto ad un orto (per le verdure), o ad un campo (per i semi, cioè, per esempio, cereali, ecc.), o altro, che richiedono molta più organizzazione, molto più tempo, molta più fatica e pazienza

(infatti, contrariamente al frutteto, per orto e campo serve, ad esempio, come minimo un impianto di irrigazione con tanto di cisterna, impianto di raccolta acqua piovana |il pozzo di qualsiasi tipo è antiecologico per il grave dissesto idrogeologico che provoca|, costi di installazione, manutenzione, ecc., ad ogni ciclo produttivo, anche più volte l'anno, lavoro di semina, concimazione, pulizia, raccolta, ecc.)]. SOSTENIBILITA' DIMENSIONALE di un ecovillaggio (locale e globale).

L'INQUINAMENTO-EFFETTO PEGGIORE IN ASSOLUTO: l'INQUINAMENTO DIMENSIONALE. L'inquinamento

dimensionale è, quindi, proprio il primo tipo di inquinamento-effetto che mai deve assolutamente determinare un ecovillaggio (essendo, appunto, "ECO"), ma è addirittura proprio IL PRIMO TIPO DI INQUINAMENTO-EFFETTO IN ASSOLUTO CHE UN ECO-VILLAGGIO DEVE ASSOLUTAMENTE COMBATTERE.

Ciò consente anche di superare il primo e più grande ostacolo per fondare un ecovillaggio: il costo del terreno

Come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, da 1,8 milioni di anni fa, la prima forma di inquinamento sull'intero pianeta, detta appunto inquinamento-causa, è proprio L'INQUINAMENTO ALIMENTARE [anche la stessa parola "inquinamento" deriva all'origine dalle parole antichissime "kun" e "gnoj", che significano rispettivamente "puzzare" e "putrefazione", che è, come predetto, esattamente la prima e peggiore conseguenza del cibo non adatto alla specie umana, il quale, contenendo sempre una quantità proteica maggiore rispetto a quella specie-specifica per l'uomo, giunge sempre, nel nostro organismo, anche parzialmente, appunto ad una decomposizione anaerobica protidica, detta appunto putrefazione (a sua volta da "puteo" che significa proprio "puzzare")].

Cioè, l'origine, e quindi LA CAUSA DI OGNI ALTRA FORMA DI INQUINAMENTO su questo pianeta, è stata proprio esattamente LA NOSTRA VARIAZIONE ALIMENTARE, forzata e provvisoria, post-glaciale, verso una alimentazione non adatta alla nostra specie.

Dunque, essendo l'INQUINAMENTO ALIMENTARE proprio l'INQUINAMENTO-CAUSA di assolutamente tutti gli altri inquinamenti al mondo, detti appunto inquinamenti-effetto, passiamo, ora, a vedere quali sono gli inquinamenti-effetto principali, che addirittura anche le Nazioni Unite (ONU), specialmente con la Commissione per lo Sviluppo Sostenibile, stanno da decenni cercando in tutti i modi di contrastare, sempre con la speranza finale di eliminare.

L'inquinamento-effetto PIU' MASSACRANTE IN ASSOLUTO per l'intero pianeta è l' INQUINAMENTO DIMENSIONALE.

Esso è proprio il primo effetto della "alimentazione" umana aspecifica, che porta ad aumentare enormemente, appunto, LE DIMESIONI TERRITORIALI NECESSARIE per il sistema di produzione "alimentare" mondiale inadatto alla nostra specie. Infatti, se per il sistema di produzione alimentare specie-specifico per la specie umana, cioè quello melariano (o, al limite, quello fruttariano), serve una data dimensione territoriale, per qualsiasi altro sistema di produzione "alimentare", come abbiamo visto, serve una dimensione territoriale che va, più esattamente,

DALLE OLTRE 5 VOLTE SUPERIORE (nel caso del sistema di produzione vegan-crudista) ALLE OLTRE 20 VOLTE SUPERIORE (nel caso del sistema di produzione onnariano).

E tutto questo senza nemmeno calcolare sia l'INDOTTO PRODUTTIVO che i BISOGNI INDOTTI RELATIVI che portano il fabbisogno dimensionale territoriale minimo, per I suddetti sistemi di produzione "alimentare" aspecifica, A LIVELLI DI MOLTISSIMO PIU' ALTI.

Di conseguenza, come predetto, per gli oltre 7 miliardi di persone (al 2010, ed in rapidissima crescita) NEMMENO BASTEREBBERO OLTRE 2 PIANETI per un sistema di produzione alimentare mondiale vegan-crudista, fino a non bastare assolutamente ben oltre 7 pianeti per un sistema di produzione alimentare mondiale onnariano.

Quindi, è proprio l'INQUINAMENTO DIMENSIONALE, cioè il CATASTROFICO AUMENTO DI FABBISOGNO E SFRUTTAMENTO TERRITORIALE dovuto ai sistemi di produzione "alimentare" inadatti alla specie umana, che PROVOCA, direttamente o indirettamente, anche TUTTI GLI ALTRI INQUINAMENTI-EFFETTO a livello mondiale, dall'inquinamento serra (dovuto proprio ad un sistema di produzione "alimentare" aspecifico massimamente energivoro, compreso il tutto il suo enorme indotto, diretto ed indiretto),

all'inquinamento deforestativo (dovuto sempre proprio ai sistemi di produzione "alimentare" aspecifici che determinano una estrema mancanza di territorio coltivabile sull'intero pianeta, costringendo alla deforestazione),

all'inquinamento sociale (a cominciare dalla morte per fame, sempre dovuto proprio ai sistemi di produzione "alimentare" aspecifici, che, essendo a rendimento finale bassissimo, determinano una quantità "alimentare" aspecifica finale nemmeno lontanamente sufficiente per gli oltre 7 miliardi di persone del pianeta), ecc.

E' anche per tutti questi motivi che un eco-villaggio, proprio perchè la sua parola comicia esattamente con "ECO", deve assolutamente adottare DA SUBITO UN SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE FINALMENTE ADATTO ALLA SPECIE UMANA, cioè MELARIANO (o, al limite, fruttariano),

anche per evitare di causare sia questo CATASTROFICO INQUINAMENTO DIMENSIONALE (eccesso di fabbisogno e sfruttamento territoriale anche per la sola "alimentazione"), e sia TUTTI I CONSEGUENTI INQUINAMENTI-EFFETTO predetti, che, a rigore, costituiscono proprio ASSOLUTAMENTE TUTTI I PROBLEMI DELL'INTERO PIANETA, e che agiscono sia a livello locale che a livello mondiale. Di conseguenza, LA PRIMA COSA IN ASSOLUTO CHE DEVE PREVEDERE UN ECO-VILLAGGIO, (oltre l'alimentazione naturale, cioè specie-specifica, che ne è la pre-condizione

assolutamente indispensabile) PROPRIO A LIVELLO ECO-LOGICO, è di OCCUPARE LA ASSOLUTAMENTE MINIMA QUANTITA' DI TERRITORIO POSSIBILE. E' ovvio, poi, che ciò, oltre a dare

LA POSSIBILITA' STESSA DI PRESENTARSI COME "ECO-VILLAGGIO",

abbassa anche enormemente i costi iniziali di acquisto del terreno, che, normalmente, è proprio il primo ostacolo in assoluto che si presenta immediatamente davanti a qualunque gruppo di amici che voglia fondare un ecovillaggio. Altro enorme errore è quello di prevedere unita abitative personali di dimensioni innaturali, cioè minime (visto che in mezzo alla natura è vivibile moltissimo specialmente la parte esterna), che costringono a riscaldamenti attivi anche a legna che richiedono terreno ulteriore solo per la legna, mentre per unità abitative di dimensioni naturali (il minimo, che vedremo più avanti)

E' ASSOLUTAMENTE SUFFICENTE UN RISCALDAMENTO PASSIVO (semplicemente aumentando la coibentazione), e, anche nel caso si volesse utilizzare della legna, è del tutto addirittura sovrabbondante la legna di scarto della potatura minima del frutteto.

E' anche ovvio che, oltre alle dimensioni minime del terreno ed unità abitative, anche il fatto, contrariamente alla vita classica di "campagna", di dividere il costo in una decina di parti (è fondamentale che siano uguali, per evitare di creare disuguaglianze e quindi "gerarchie" psicologiche, dannosissime anche se involontarie), abbassa enormemente tutti i costi iniziali.

Tramite la scienza ecosistemica possiamo anche avere I PARAMETRI DIMENSIONALI IDEALI E MASSIMI di un ecovillaggio.

Come abbiamo visto, il pianeta è grande, ma LA SUPERFICIE ANTROPIZZABILE (cioè vivibile dalla specie umana) E' RELATIVAMENTE MOLTO PICCOLA per gli oltre 7 miliardi di abitanti della Terra.

Il pianeta ha 51 miliardi di ettari, ma, tolta la superficie coperta dai mari arriviamo subito a soli 15 miliardi di ettari. Tolte poi le superfici predette, quelle coperte dai ghiacci, dalle catene montuose rocciose, delle foreste, dei deserti, ecc., arriviamo, infine, a relativamente POCHISSIMO TERRITORIO, proprio APPENA SUFFICIENTE per installare una RETE DI ECO-VILLAGGI MONDIALE che possa contenere anche tutti gli oltre 7 miliardi di abitanti del pianeta:

MENO DI 3,5 MILIARDI DI ETTARI utilizzati attualmente come pascolo (per gli animali da allevamento, che oggi sono presenti sul pianeta in un numero enormemente innaturale, proprio in quanto sono continuamente riprodotti forzatamente per la vendita di prodotti animali; il restante 1,3 miliardi di ettari coltivabili va lasciato per l'aumento esponenziale della popolazione, di cui una parte, a volte costretta, potrebbe, almeno provvisoriamente, rimanere nelle attuali città o paesi).

Per capire quanto la superficie mondiale

E' RELATIVAMENTE MOLTO PICCOLA PER CONTENERE ECOLOGICAMENTE LA SPECIE UMANA,

bisogna tenere presente che, considerando solo i 7 miliardi di persone attuali, per avere una distanza tra un ecovillaggio e l'altro (in ogni direzione) pari almeno al diametro medio di un ecovillaggio stesso (per consentirne almeno la minima vivibilità), occorre anche rendere antropizzabili anche tutti gli attuali deserti ed inglobare tutte le superfici forestali all'interno delle zone inter-ecovillagiche, fino ad ottenere proprio tutti i circa 12 miliardi di ettari perfettamente disponibili per l'intera rete mondiale di ecovillaggi.

Solo in questo modo POSSIAMO AVERE A DISPOSIZIONE, per fondare un ecovillaggio medio di una decina di persone (o nuclei familiari), UN MASSIMO ASSOLUTO DI 0,5 ETTARI (mezzo ettaro, pari a 5000 metri quadri) A PERSONA (o a NUCLEO FAMILIARE), (tra area personale e comune), parametri dimensionali, questi, che sono validi per tutti gli abitanti del pianeta. [Anche il nucleo familiare non può avere, nella sua interezza, MAI PIU' DI 0,5 ETTARI, proprio per consentire, di avere lo spazio assolutamente minimo vitale (alimentare e psicologico) per ogni abitante dell'intero pianeta].

Ovviamente, di questi 5000 metri quadri a nucleo familiare, mediamente circa 4000 sono per la parte personale (o familiare), e mediamente circa 1000 a nucleo sono per l'area comune; quindi, una decina di persone (o di nuclei familiari) che mettono insieme mediamente circa 1000 metri quadri ognuna, formano una ottima area comune di circa un ettaro.

Questi PARAMETRI DIMENSIONALI DI UN ECO-VILLAGGIO, sono quelli ideali per lo spazio vitale (alimentare e psicologico) di un individuo (o di un nucleo familiare) della specie umana, ma, al tempo stesso, sono anche ASSOLUTAMENTE I MASSIMI POSSIBILI PER LA SOSTENIBILITA' DIMENSIONALE (di superficie territoriale occupata), sia su scala locale che su scala mondiale.

Visto che la SOSTENIBILITA' DIMENSIONALE è, come abbiamo visto, proprio esattamente LA PRIMA FORMA DI SOSTENIBILITA' AMBIENTALE (ovviamente dopo quella alimentare, a cui però è strettamente legata), sia a livello locale che globale, e che ALLARGARSI ANCHE SOLO DI POCHISSIMO AVREBBE EFFETTI ASSOLUTAMENTE DISASTROSI

SULL'INTERO PIANETA (estensione immediata ad anche tutte le predette forme di inquinamento-effetto), LA PRIMISSIMA COSA DA FARE QUANDO SI PROGETTA UN ECO-VILLAGGIO (oltre a prevedere l'alimentazione adatta alla specie umana) è proprio quella di MAI SUPERARE ASSOLUTAMENTE, E PER NESSUN MOTIVO AL MONDO, TUTTI I SUDDETTI DEL TUTTO ESSENZIALI PARAMETRI DIMENSIONALI.

Unica procedura sostenibile, semplice e veloce, per fondare un ecovillaggio: divisione tra AREE PERSONALI ed AREA COMUNE, e puntare invece che sulll'indipendenza collettiva (come la città o la comune) ma, del tutto al contrario, all' INDIPENDENZA PERSONALE (come in natura)

Per fare un ecovillaggio basta che, ognuno di noi, mentre procede personalmente verso un'alimentazione FRUTTARIANA e poi MELARIANA, trovi un gruppo di persone che (oltre, assolutamente fondamentale, a PROCEDERE VERSO LA STESSA ALIMENTAZIONE), abbia ideali simili tra loro, specialmente riguardo l'obiettivo ecovillagico (l'ideale è UNA DECINA di persone, ma per cominciare anche un po' meno), ed insieme ad essi comprare un piccolo terreno [sono ottimali anche 3000 metri quadri a persona (o coppia, o famiglia), più un'area comune di circa 7000 metri quadri].

Come vedremo meglio più avanti, L'UNICO MODO SOSTENIBILE, è impostare l'ecovillaggio in modo il più possibile circolare, con un' AREA COMUNE centrale (cointestata a tutti, con, al suo interno, una SALA COMUNE, con superficie ideale di circa 20-30 metri quadri, in legno, con una superficie, quindi, poco maggiore di quella della media delle unità abitative personali |o, al limite, familiari|), circondata dalla DECINA DI AREE PERSONALI (intestate alle persone singole, o coppia o famiglia), [la cosa più semplice è fare un frazionamento catastale (tramite un geometra) con il quale si determinano all'interno del terreno l'area comune e tutte le aree personali, da intestare nel modo predetto].

Ciò in modo tale che ognuno abbia uno SPAZIO PERSONALE [cioè terreno personale e unità abitativa personale, per la quale l'ideale è una casetta di legno, di circa 20(per single) -30(per famiglia) metri quadri (in un ecovillaggio, diversamente dalla città |o paese|, sono necessari, ed addirittura ideali, molti meno metri quadri di unità abitativa, anche in quanto il tempo che è possibile passare all'aperto, pure d'inverrno, è di moltissimo superiore ai centri urbani)]; lo SPAZIO PERSONALE (terreno ed unità abitativa personali) è fondamentale, ad esempio, per i momenti in cui si vuole stare soli leggere un libro, stare col proprio partner, ecc., ma anche per l'autosufficienza alimentare personale, aree di svago personale, ecc., e lo SPAZIO COLLETTIVO (area e sala comuni) è anche fondamentale per, quando si vuole, andare a divertirsi con gli altri, feste, cene collettive, ecc.

AREA COMUNE: cuore dell'ecovillaggio; basata mai sul lavoro (come la città o la comune) ma, del tutto al contrario, SUL DIVERTIMENTO E L'ALLEGRIA

Lo scopo dell'area comune (con la sala comune), infatti, E' ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE
CHE SIA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IL DIVERTIMENTO, e che TUTTE le piccole ATTIVITA' AUTOPRODUTTIVE, a cominciare da quella ALIMENTARE, RIMANGANO NELLA PROPRIA AREA PERSONALE, proprio per evitare che il lavoro, non effettuandosi nell'area personale, si debba poi effettuare nell'area comune, divenendo così lavoro comune, che diventerebbe (col tempo) SEMPRE MOTIVO DI INCOMPRENSIONI E DI LITIGIO, e, gradualmente, PORTEREBBE AUTOMATICAMENTE, ogni volta e senza nemmeno accorgersene, AL FALLIMENTO DELL'ECOVILLAGGIO STESSO.

Questo è un dato di fatto, ormai molto noto, dopo addirittura MOLTISSIME MIGLIAIA DI FALLIMENTI DI COMUNITA' NEL MONDO.

Il motivo è molto semplice: IL "LAVORO" E' ASSOLUTAMENTE INESISTENTE IN NATURA (qualsiasi cosa possa sembrarlo è solo una funzione fisiologica), è, quindi, una ATTIVITA' DEL TUTTO INNATURALE, e specialmente nella categoria più evoluta (a minima energia) come quella dei primati fruttivori (quella nostra) che, per mangiare, basta che alzano un braccio (per raccogliere un frutto); l'unica ATTIVITA' NATURALE, per ogni specie animale, è assolutamente solo ed esclusivamente IL GIOCO SPONTANEO, inteso nella sua accezione più ampia (allegria, spensieratezza, godersi il momento, ecc.).

Ed è proprio per questo motivo che LA CONDIVISIONE DI MOMENTI DI "LAVORO" (essendo del tutto artificali e innaturali) DISTRUGGE GRADUALMENTE ED INCONSAPEVOLMENTE QUALSIASI RAPPORTO INTERPERSONALE, che, invece, essendo ENERGIA PURA, ha del tutto bisogno proprio della forma di scambio interpersonale energeticamente (ENERGIA DINAMICA) PIU' ALTA, cioè esattamente quella del GIOCO SPONTANEO, allegria e divertimento puro.

Caratteristiche del tutto essenziali di un ECOVILLAGGIO, che costituiscono anche IL "SEGRETO" FONDAMENTALE, ed assolutamente indispensabile, DEL SUCCESSO DI UN ECOVILLAGGIO: LE 3 LIBERTA' (personali)

Il pricipio della minima energia applicato ai sistemi materiali viventi, porta necessariamente ad una situazione di LIBERTA' INDIVIDUALE, sempre più totale man mano che si procede verso i sistemi più evoluti, come quello dei primati, e specialmente il sistema materiale più evoluto in assoluto (cioè biofisicamente a minima energia strutturale), come quello della specie umana. La LIBERTA' PERSONALE ASSOLUTA altro è, quindi, che l'espressione sociale del principio fisico

della minima energia strutturale: di conseguenza è assolutamente indispensabile, per la minima sostenibilità di un qualsiasi sistema sociale, specialmente proprio insediativo, e specialmente umano.

Siccome sono 3 gli aspetti fondamentali che riguardano LA LIBERTA' PERSONALE, VITTO, ALLOGGIO, E ATIVITA', il segreto del successo di un ecovillaggio sta necessariamente proprio in queste 3 loro relative, assolutamente indispensabili, LIBERTA', cioè indipendenze, del tutto PERSONALI:

1) **LIBERTA' (personale) ALIMENTARE**

La libertà personale alimentare, cioè l'indipendenza personale alimentare produttiva, ovviamente, può essere consentita solo ed esclusivamente da un modello di produzione alimentare senza lavoro (come in tutti i sistemi naturali, specialmente i più evoluti, come vedremo meglio più avanti), in quanto è esattamente la costrizione al lavoro (in questo caso proprio per nutrirsi) che porta alla necessità di diminuirlo il più possibile, e quindi (anche per i sistemi più semplici è solo una questione di tempo) alla collettivizzazione organizzativa alimentare, cioè, precisamente alla più assoluta mancanza di libertà personale (sempre come vedremo meglio più avanti).

Ora, l'unico modello alimentare al mondo la cui produzione relativa, se impostata in maniera naturale (come spiegheremo più avanti), PREVEDE ZERO LAVORO, è (e addirittura può essere) solo ed esclusivamente il MELARISMO, o, al limite, il fruttarismo (semplicemente riproducendo tutte le caratteristiche fondamentali dell'ecosistema antropico, sempre come vedremo meglio; infatti, sistemi di produzione alimentare diversi, dal vegan-crudismo all'onnarismo, proprio perchè totalmente innaturali, sia in senso assoluto sia per la nostra specie, costringono assolutamente sempre al lavoro, il quale, ancora come vedremo meglio, anche se minimo, porta necessariamente, prima o poi, alla collettivizzazione organizzativa alimentare, che, mentre ne diminuisce, ma solo parzialmente, la fatica, al tempo stesso, sempre come vedremo, diminuisce enormemente la libertà personale).

LA LIBERTA' PERSONALE ALIMENTARE si può ottenere solo ed esclusivamente CON UN MODELLO ALIMENTARE MELARIANO (o, al limite, fruttariano PRATICATO DA SE STESSI (per la propria salute, per l'assenza praticamente totale di "lavoro" necessario sia dentro che fuori l'ecovillaggio e di bisogno indotto di soldi, tanto che la schiavitù dai soldi può anche terminare, per l'armonia con gli altri e con la natura, ecc., quindi, per la felicità),

e del tutto necessariamente anche PRATICATO DA TUTTE LE ALTRE PERSONE DELL' ECOVILLAGGIO (in primis, come abbiamo visto prima, proprio per consentire a se stessi di farlo TUTTA LA VITA |perchè praticato da soli lo si continua per un tempo comunque limitato|, ma, al tempo stesso, per la loro salute e felicità, per la massima armonia generale, e per tutta la sequenza indotta di conseguenze positive, l'unica che porta alla sostenibilità dell'intero modello insediativo, di cui parleremo meglio più avanti).

Quindi, il MELARISMO (o, al limite, fruttarismo), PROPRIO E DI TUTTI GLI ALTRI, è esattamente

LA CONDIZIONE ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE PRIMARIA di un ECOVILLAGGIO,

anche per tutta

LA REAZIONE A CATENA DI CONSEGUENZE POSITIVE di importanza vitale che genera, e che vedremo meglio anche più avanti.

2) **LIBERTA' (personale) ALLOGGIATIVA**

Come per tutte le specie animali più biochimicamente evolute, anche per la specie umana, la condizione del tutto essenziale per la sostenibilità psico-fisica sociale, è la divisione anche territoriale (in un ecovillaggio è ancora necessario pre-organizzarla anche staticamente, in una società naturale, che vedremo più avanti, sarà istintivo e vario) TRA SPAZIO PERSONALE E SPAZIO COLLETTIVO. Specialmente l'intero SISTEMA NERVOSO della specie umana ha bisogno, infatti, di ENTRAMBE LE COMPONENTI, anche temporali, in cui, appunto,

PUO' ALTERNARE MOMENTI DI RILASSAMENTO MENTALE IN SOLITUDINE (che, quando lo si sente, deve poter essere anche assoluta) E MOMENTI DI CONDIVISIONE RELAZIONALE CON ALTRI.

E' proprio questa ALTERNANZA PSICOLOGICA SPONTANEA che ci consente di mantenere sempre al massimo livello il nostro EQUILIBRIO E BENESSERE psicofisico totale, in tutti i momenti della giornata, e per l'intera durata della vita.

La LIBERTA' PERSONALE ALLOGGIATIVA, quindi, cioè l'indipendenza personale abitativa, lo dice anche il termine stesso, si può ottenere solo ed esclusivamente con UNITA' ABITATIVE PERSONALI (o, al limite, familiari), ognuna posta su un TERRENO DIVERSO MA ADIACENTE, il più possibile in disposizione circolare, anche in

modo da determinare, proprio anche per consentire la componente psicologica sociale, uno spazio territoriale centrale colletivo (AREA COMUNE) sul quale porre una SALA COMUNE, questi ultimi dedicati, quindi, unicamente allo svago, appunto, collettivo, divertimento comune, pasti collettivi, feste, musica, balli, canti, giochi spontanei, ecc.

Infatti, la struttura abitativa unica per tutti [tipo palazzina, anche se divisa in stanze, o appartamenti (come nel co-housing)], portando a forme di compenetrazione patologica di libertà personali essenziali, come vedremo meglio anche più avanti, determina, è solo una questione di tempo, necessariamente il fallimento, spesso anche in pochi anni.

Oltre il 99% dei tentativi di "ecovillaggio", come vedremo meglio più avanti, E' FALLITO anche per questa seconda causa fondamentale di, appunto, fallimento: la struttura abitativa unica per tutti.

Di conseguenza, la struttura dell'ecovillaggio consiste esattamente in quella espressa in questo e negli altri paragrafi relativi (organizzazione, disposizione, dimensioni, anche delle unità abitative, ecc.).

LA DISPOSIZIONE DELLA DECINA DI TERRENI PERSONALI ATTORNO AD UN'AREA COMUNE

è fondamentale anche per la compatibilità, anche psicologica, specie-specifica relativa alla nostra particolare specie[nozioni scientifiche presenti anche nell'etologia umana, con conferme anche della primatologia, che tra l'altro indicano che la specie umana oltre ad essere una specie sociale, è compatibile solo ed esclusivamente con la struttura sociale del gruppo (anche in caso eventuale di sesso o di figlio), con un numero ideale di individui proprio intorno alla decina; assolutamente incompatibile, invece, con la struttura di "coppia" o "famiglia" (completamente assente in qualsiasi tipo di primate antropomorfo, e anche nelle altre specie completamente inesistente |in pochissime specie di uccelli, solo cenni, ma assolutamente momentanei, nel periodo riproduttivo primaverile|) che sono solo ed esclusivamente una del tutto infelice (la assoluta maggioranza degli omicidi nel mondo avviene proprio in "coppia" o "famiglia", ad esempio in Italia, queste ultime fanno statisticamente molti più morti assassinati, addirittura ogni anno, che la somma di tutti i morti per mafia, camorra, 'ndrangheta e sacra corona unita messe insieme) distorsione, ormai completamente in estinzione statistica entro poco tempo, derivata solo ed esclusivamente dalle emergenze della disastrosa era umana post-glaciale (cavernicola e provvisoria, come abbiamo visto nel capitolo dedicato alla paleoantropologia)].

3) **LIBERTA' (personale) OCCUPAZIONALE**

Sempre il principio della minima energia interno ed esterno alle strutture viventi, man mano che si procede nell'evoluzione anche biochimica, li porta necessariamente, sempre di più, anche all'INDIPENDENZA ADDIRITTURA PIU' TOTALE pure nel campo della prima occupazione (attività) in assoluto, in termini proprio di indispensabilità, di ogni essere vivente: l' APPROVVIGIONAMENTO ALIMENTARE.

Come vedremo meglio anche più avanti, specialmente le specie biochimicamente più evolute, i mammiferi, ed in particolare, ancora di più, la nostra categoria, i primati, proprio dal punto di vista trofico (alimentare), determinano individui singolarmente TOTALMENTE INDIPENDENTI L'UNO DALL'ALTRO: ognuno si nutre col cibo CHE SI PROCURA INDIVIDUALMENTE, ed assolutamente mai collettivamente.

Il massimo dell'evoluzione sia sempre l'indipendenza, cioè la LIBERTA', in ogni settore. Ad esempio, in natura ogni mucca mangia l'erba che si procura INDIVIDUALMENTE, mai si sognerebbe nemmeno lontanamente di portarla alle altre mucche (per una produzione collettiva di erba); così come ogni gorilla mangia la frutta che si procura INDIVIDUALMENTE, mai si sognerebbe nemmeno lontanamente di portarla agli altri gorilla (per una produzione collettiva di frutta).

Questa INDIPENDENZA INDIVIDUALE ASSOLUTA è un fenomeno naturale che riguarda poi anche tutti gli altri aspetti fondamentali della vita di una specie, in particolare evoluta: il motivo è semplicissimo RICHIEDE MOLTA MENO ENERGIA, proprio la minima energia, anche strutturale, quella che è assolutamente sacra per la natura.

La LIBERTA' PERSONALE, e cioè l'indipendenza personale, quindi, è una caratteristica ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE, proprio specialmente dell' APPROVVIGIONAMENTO ALIMENTARE PERSONALE, ma, come predetto, anche di tutti gli altri aspetti fondamentali della vita: in ecovillaggio si definisce, cioè, AUTOPRODUZIONE PERSONALE alimentare, termica, energetica, ecc.
Del tutto al contrario, l'autoproduzione collettiva (cioè l'autoprodurre insieme agli altri il cibo e l'eventuale altro), essendo, come abbiamo visto, una situazione DEL TUTTO INNATURALE, e specialmente per la nostra specie, porta necessariamente, come vedremo meglio più avanti, sempre al FALLIMENTO PIU' TOTALE dell'intero sistema sociale, ma addirittura dell'intero insediamento umano, e mediamente proprio in pochi anni.

Una volta raggiunta l'autoproduzione PERSONALE alimentare, termica, energetica, di smaltimento rifiuti, ecc., si può finalmente vivere il rapporto interpersonale con tutti gli altri, completamente AL DI FUORI DELLA ORGANIZZAZIONE

PRODUTTIVA, e, quindi, ancora finalmente, IN MANIERA TOTALMENTE SPENSIERATA E ALLEGRA; SPENSIERATEZZA E ALLEGRIA COLLETTIVE sono, poi, IL VERO ED ASSOLUTAMENTE UNICO "COLLANTE" dell'intero insediamento umano sostenibile, l'ecovillaggio.

MAI SOTTOVALUTARE l'infinita potenza psicologica "LEGANTE" della SPENSIERATEZZA E ALLEGRIA COLLETTIVA, ed infatti, L'ERRORE PIU' GRANDE IN ASSOLUTO che si possa commettere relativamente a questo terzo punto (occupazionale), è proprio quello di attribuire la potenza "legante", del tutto al'opposto, al "lavorare insieme".

E' anche questo MASSIMO ERRORE proprio su una delle 3 predette libertà personali che ha fatto fallire oltre il 99% dei tentativi di comunità, che erroneamente (proprio perchè mancavano queste caratteristiche di base dell'ecovillaggio) venivano chiamati "ecovillaggi".

NIENTE AL MONDO E' PIU' POTENTE DEL LAVORARE INSIEME PER ALLONTANARE LE PERSONE TRA DI LORO

per il semplice fatto che, come vedremo meglio più avanti, IL LAVORO IN NATURA E' INESISTENTE, specialmente per le specie più evolute, per il banalissimo motivo CHE E' PROPRIO L'ATTIVITA' A MASSIMA ENERGIA STRUTTURALE, ESATTAMENTE DEL TUTTO L'OPPOSTO DEL PRINCIPIO DELLA MINIMA ENERGIA (come abbiamo già visto, assolutamente "sacro" anche per qualsiasi sistema biologico).

UNA VOLTA INSERITO L'ELEMENTO OCCUPAZIONALE PIU' INNATURALE IN ASSOLUTO, IL "LAVORO", all'interno di un rapporto interpersonale bello, spensierato e spontaneo (fino a quel momento) di amicizia (o altro), ESSO, alzando immediatamente tutti i livelli di energia strutturale di entrambi gli organismi,

LI PORTERA' GRADUALMENTE A ROMPERE SEMPRE DI PIU' QUEL MAGICO EQUILIBRIO PSICOLOGICO CHE E' L'UNICA COSA AL MONDO CHE FA FUNZIONARE UN'AMICIZIA,

ED ESSI, nemmeno sapendone il motivo (od erronemente pensando che sia solo l'ultima discussione o semplice "ombra" reciproca avuta), SI ALLONTANERANNO PSICOLOGICAMENTE, fino, se persiste il "lavoro", anche a non vedersi mai più.

Ignorandone bene il motivo, se lo spiegheranno con l'errata motivazione che in fondo non era una vera amicizia, mentre in realtà hanno solo commesso UNO DEI 3 ERRORI PIU' GRAVI IN ASSOLUTO (per un'amicizia, ma anche per l'intera vita),

QUELLO DI INSERIRE UN ELEMENTO MASSIMAMENTE INNATURALE ALL'INTERNO DEL LORO RAPPORTO INTERPERSONALE.

Se volete litigare, o come minimo allontanarvi psicologicamente da un amico carissimo, o addirittura perderlo definitivamente,

IL MODO PIU' SICURO IN ASSOLUTO AL MONDO, E' PROPRIO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUELLO DI LAVORARCI INSIEME [anche in quanto ognuno ha un suo modo personalissimo di lavorare, da simile fino a volte addirittura l'esatto opposto, ed è del tutto faticosissimo dover ripetutamente sempre mediare tra i due diversi modi assolutamente personali; col tempo, perchè è solo una questione di tempo, più o meno lungo, la cosa si fa del tutto stancante, DA AMICO CARISSIMO SI TRASFORMA, anche nel nostro cervello, IN COLLEGA DI LAVORO, in quanto effettivamente lo è, e la sua sola presenza, sempre col tempo, specialmente nei momenti di svago spontaneo (proprio quelli che, invece, tengono legate le persone tra loro), DIVENTA SEMPRE PIU' INSOPPORTABILE (anche perchè, la sua sola presenza, invece di contribuire alla spensieratezza, del tutto al contrario, gli ricorda proprio quella cosa da cui si vuole distrarre, il lavoro), in più, col tempo, le "ombre" psicologiche lavorative inevitabili si sommano, FINO, se persiste il lavoro, ALL'ALLONTANAMENTO TOTALE, anche definitivo].

Anche per tutti questi motivi, l'organizzazione di base, DEL TUTTO ESSENZIALE, di un ecovillaggio, è proprio l' AUTOPRODUZIONE PERSONALE (ed ASSOLUTAMENTE MAI collettiva).

Come abbiamo già visto, e come vedremo meglio,

IL SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MELARIANO (o, al limite, fruttariano), SEMPLIFICA MASSIMAMENTE L'AUTOPRODUZIONE ALIMENTARE PERSONALE,

consentendo anche finalmente al nostro organismo di innescare tutta quella reazione a catena psico-fisica positiva, proprio l'unica al mondo che porta, persino del tutto automaticamente, e addirittura con nostra prima enorme sorpresa, gradualmente all'ELIMINAZIONE TOTALE di tutti quei BISOGNI INDOTTI ARTIFICIALI (vere e proprie droghe psicologiche), di cui spesso si crede di aver bisogno (esattamente come un drogato pensa di aver bisogno della sua droga), come tutti quei PRODOTTI ARTIFICIALI DI CUI CI CIRCONDIAMO (e di cui parleremo meglio più avanti).
L'AUTOPRODUZIONE PERSONALE ci consente, inoltre, oltre al fatto di non avere impegni di lavoro con nessuno (dove, sempre col tempo, OGNUNO DIVENTEREBBE INVOLONTARIAMENTE IL "CAPO-UFFICIO" DELL'ALTRO), di avere la

propria gestione produttiva ASSOLUTAMENTE LIBERA (nella propria parte personale di ecovillaggio), la gestione del proprio tempo ASSOLUTAMENTE LIBERA, ma anche di condividere con gli altri abitanti dell'ecovillaggio

FINALMENTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE I MOMENTI DI SPENSIERATEZZA ED ALLEGRIA,

[salvo rarissime eccezioni di eventuale sistemazione iniziale dell'area (o sala) comune, o simili] e di lasciare, invece, i momenti di eventuale stress "lavorativo" (gestionale, o di qualsiasi altra attività), al limite nella propria area personale, nella quale, quindi, una persona, oltre a vivere e rilassarsi, ha il tempo anche di smaltire eventuali stress e nervosismi SOLO PRIMA (E MAI DURANTE) di vedere gli altri.

L'ARMONIA TRA LE PERSONE E' PROPRIO L'ESSENZA STESSA DI UN ECOVILLAGGIO.
L'ARMONIA TRA LE PERSONE E' PROPRIO ESATTAMENTE IL PATRIMONIO PIU' PREZIOSO CHE HA UN ECOVILLAGGIO, e che, di conseguenza, DEVE TUTELARE CON LA MASSIMA CERTEZZA IN ASSOLUTO;

quindi mai va messa assolutamente, PER NESSUN MOTIVO AL MONDO, nemmeno lontanamente in pericolo, MENO CHE MAI, appunto, come abbiamo visto, con la DISASTROSA autoproduzione collettiva, che, come vedremo, è altro che proprio il modello produttivo FALLIMENTARE della città, e che genera tutti i suoi infiniti successivi effetti negativi, da cui stiamo scappando. Le leggi (e direttive) sia mondiali (ONU), che internazionali (ad esempio, Unione Europea, ecc.), che nazionali (di ogni nazione del mondo) sono oggi, e sempre di più,

ASSOLUTAMENTE A FAVORE DEGLI ECOVILLAGGI

Ormai da molti anni, e sempre in maniera più decisa e diretta, anche tutto il settore giuridico mondiale, da quello relativo all'ONU, all'Unione Europea, alle singole nazioni di tutto il pianeta, si sta orientando sempre di più AD AGEVOLARE, ed in moltissimi modi diversi,

QUALSIASI PROGETTO TENDA VERSO UNO SVILUPPO SOSTENIBILE

(siccome, per semplici motivi di limite quantitativo delle risorse mondiali, il termine "sviluppo" incompatibile con il termine "sostenibile", a rigore, e come vedremo meglio più avanti, si deve parlare di SOCIETA' SOSTENIBILE, e, come fase subito successiva, di SOCIETA' NATURALE) a cominciare proprio dagli ECOVILLAGGI, che sono stati definiti, proprio dalle Nazioni Unite, "LA PUNTA DI DIAMANTE VERSO LO SVILUPPO SOSTENIBILE MONDIALE".

Questo anche perchè, in linea con la tendenziale riduzione dei consumi di prodotti animali a livello mondiale, la conseguente liberazione di diversi territori dalla massacrante morsa dei pascoli o di altre attività legate all'allevamento animale,

sta gradualmente avviando sempre più decisamente tutto il settore giuridico mondiale verso l'agevolazione ed incentivazione, diretta ed indiretta, degli INSEDIAMENTI SOSTENIBILI, che, invece, fino a poco tempo fa, non erano compresi come oggi, per l'apparente impronta ecologica pro-capite più alta, visto che apparentemente si sviluppano più in orizzontale che in verticale come una città, occupando quindi, ma sempre solo apparentemente, più territorio

[oggi è, invece, chiarissimo proprio esattamente il contrario: UN ECOVILLAGGIO (ma solo un vero ecovillaggio, cioè solo ed esclusivamente con le caratteristiche descritte in questo testo), HA UNA IMPRONTA ECOLOGICA (superficie territoriale necessaria per l'approvviggionamento di tutte le risorse) PIU' BASSA DI QUALSIASI ALTRO INSEDIAMENTO esistente oggi sull'intero pianeta, visto specialmente che il modello insediativo città ha una impronta ecologica che supera di BEN OLTRE 120 VOLTE I SUOI CONFINI AMMINISTRATIVI; di conseguenza, è ormai chiarissimo che

L'ECOVILLAGGIO E' PROPRIO IL MODELLO INSEDIATIVO PIU' ECOLOGICO E SOSTENIBILE CHE POSSA ESISTERE PER LA SPECIE UMANA].

Bisogna, infatti, anche sempre considerare che un terreno che sia corrispondente alle esigenze di tutti, e, al tempo stesso, molto bello, è quasi impossibile da ritrovare, e, anzi, se si lascia, è quasi sicuro che non si ritroverà mai più[le cose che devono coincidere per accontentare contemporaneamente una decina di persone (o nuclei) sono molte, anche se non ce ne si rende subito conto],

Autosufficienza primaria:
l'AUTOSUFFICIENZA ALIMENTARE. SENZA ALCUNA AGRICOLTURA, ma solo il riassetto dell' ECOSISTEMA ANTROPICO: autoproduzione trofica ecosistemica (LAVORO ASSOLUTAMENTE ZERO) IN NATURA L'AGRICOLTURA E' ASSENTE.

NESSUNA SPECIE ANIMALE E' COSTRETTA A "COLTIVARSI" IL PROPRIO CIBO. La mucca mangia l'erba, SENZA DOVERLA COLTIVARE. La scimmia mangia la frutta, SENZA DOVERLA COLTIVARE. Questo per un motivo

semplicissimo: se un animale è inserito nel suo ecosistema naturale, avviene il fenomeno naturale dell' AUTOPRODUZIONE TROFICA (cioè di cibo) ECOSISTEMICA (cioè da parte dell'ecosistema stesso): cioè,

E' L'ECOSISTEMA STESSO CHE "LAVORA" (persino 24 ore su 24) PER PRODURRE IL SUO CIBO, addirittura proprio quello assolutamente PERFETTO per la sua specie.

La NATURA, infatti,

MAI FA LAVORARE NESSUNA SPECIE ANIMALE PER MANGIARE, ma, addirittura totalmente al contrario, FA ASSOLUTAMENTE DI TUTTO PER EVITARE IL SUO BENCHE' MINIMO LAVORO, in quanto quest'ultimo significa letteralmente "fatica" (il termine stesso "lavoro" deriva da "labor"= fatica), e la fatica è esattamente la cosa che più "odia" in assoluto la natura, perchè è proprio la cosa perfettamente opposta al suo assolutamente sacro principio fisico di FUNZIONAMENTO DI BASE: il principio fisico della minima energia.

LAVORO, per la natura, vuol dire esattamente DISTRUZIONE TOTALE DEL SUO PERFETTO EQUILIBRIO ECOSISTEMICO.

Ovviamente questo e' vero anche per la SPECIE UMANA. Se un uomo si reinserisce nel suo ecosistema naturale (cioè adatto alla sua specie), appunto

l' ECOSISTEMA ANTROPICO

(da "antropos"= uomo), si reinnesca immediatamente il fenomeno naturale dell' AUTOPRODUZIONE TROFICA ECOSISTEMICA: cioè, esattamente, l'UOMO, NELL' ECOSISTEMA ANTROPICO, MAI PIU' deve LAVORARE, ED IL SUO ECOSISTEMA STESSO PROVVEDERA' A "LAVORARE" 24 ORE SU 24 PROPRIO PER PRODURRE IL SUO CIBO, ADDIRITTURA QUELLO ASSOLUTAMENTE PERFETTO PER LA SUA SPECIE.

Questo e' normale, e avviene semplicemente perchè la fisiologia naturale (cioè in alimentazione naturale) stessa dell'uomo produce delle sostanze biochimiche, che, reinserite nel suo ecosistema, sono esattamente le sostanze che mancavano per far funzionare il suo ecosistema stesso (come spiegheremo meglio più avanti), il quale lo "ringrazia" riproducendogli proprio il suo cibo perfetto per la sua salute, e quindi felicità.

Come sempre la specie umana, dal periodo di disperazione post-glaciale, si è dovuta complicare enormemente la vita, inventandosi letteralmente tipi di produzione alimentare, di cui quello di base è proprio la cosiddetta "agricoltura" ("agricoltura" deriva da "ager"= campo, e "colere"= coltivare, che, a sua volta, deriva da "spingere (l'aratro)", cioè esattamente proprio "lavorare", da "labor"= faticare, proprio ciò che abbiamo detto "odia" di più in assoluto la natura), faticosissimi, ma addirittura patogeni, e, col tempo, persino mortali.

Per quanto riguarda la produzione di cibo, e, quindi, di base l'agricoltura, si è passati attraverso tutte le forme più primitive e complicate di attuazione, dall'agricoltura classica (che usa fino alle sostanze chimiche sintetiche),

all'agricoltura biologica (senza usare sostanze chimiche sintetiche, ma può usare un centinaio di sostanze chimiche consentite per legge, come il rame, lo zolfo, il polisolfuro di calcio, ecc.),

all'agricoltura biodinamica (che per legge mai usa sostanze chimiche, e usa ancora dei complicatissimi metodi per arrivare a sostanze più "naturali"),

all'agricoltura "naturale" [di Fukuoka, o la permacoltura, o altre analoghe, che, per quanto leggermente più "naturali", conservano un grado di complicazione innaturale, e, comunque, sempre più faticoso e laborioso della vera natura (per l'uomo, cioè quella adatta alla specie umana)].

La NATURA, come abbiamo detto, sempre per il solito motivo che fisicamente tende sempre e continuamente ad una situazione strutturale e dinamica di minima energia,

FA LE COSE DI MOLTISSIMO PIU' SEMPLICI, TALMENTE SEMPLICI CHE OGNI SPECIE ANIMALE MAIDEVE FARE QUALCOSA PER "COLTIVARE" IL SUO CIBO;

MA LA COSA PIU' INDISPENSABILE IN ASSOLUTO E' CHE MAI DEVE MINIMAMENTE FARLO, PROPRIO PER EVITARE DI ALTERARE IL DELICATISSIMO EQUILIBRIO PERFETTO NATURALE, CHE ANDREBBE PROPRIO AD ENORME DANNO DELLA SUA STESSA SALUTE.

Anche la SPECIE UMANA, se si rende un attimo umile, ed apprende dal più grande esperto e progettista di produzione di cibo mai esistito [proprio per tutte le specie animali (compresa la nostra) e vegetali, da addirittura miliardi di anni], MADRE NATURA STESSA, si accorge subito che, essendo la specie anche biochimicamente più evoluta (e, quindi, proprio quella in assoluto a minima energia), anche per lei, ADDIRITTURA A MAGGIOR RAGIONE, era già previsto che, per "produrre" il

suo cibo, BENCHE NESSUN MINIMO LAVORO E' RICHIESTO, così come abbiamo già fatto per ben 5,2 milioni di anni prima delle glaciazioni,

MA ADDIRITTURA SE SOLO CI AZZARDIAMO A FARE QUALCOSA PER "COLTIVARE" IL NOSTRO CIBO, CIO', SEMPRE A MAGGIOR RAGIONE, VA' A DANNO ENORME PROPRIO DELLA NOSTRA STESSA SALUTE.

Il concetto naturale di base è, come sempre, semplicissimo.Ovviamente noi prendiamo il nostro cibo dalle piante,ma queste, per darcelo, devono, a loro volta, mangiare qualcosa,altrimenti, come tutti gli esseri viventi, prima deperiscono e poi muoiono.

Il punto centrale della produzione di cibo per l'uomo diventa quindi: cosa dobbiamo dar da mangiare alle nostre piante, per "produrre" il nostro cibo? Come al solito, per imparare dalla natura è assolutamente sufficiente osservarla, ma osservarla molto bene.

Osserviamo, ad esempio, una mucca, in natura, osserviamola bene: lei mangia l'erba, ma, esattamente mentre mangia l'erba, urina e defeca; dove vanno le sue urine e le sue feci? PRECISAMENTE SULLO STESSO PRATO DA CUI MANGIA.

Quindi, è vero che L'ERBA NUTRE LA MUCCA, ma è anche vero che, allo stesso tempo, LA MUCCA NUTRE L'ERBA dello stesso prato da cui mangia (concimandola perfettamente con le sue urine e feci). E' un CICLO PERFETTO "ERBA-MUCCA-ERBA" che si richiude solo quando, appunto, la mucca rilascia le sue deiezioni sul prato stesso da cui mangia.

Osserviamo ora, ad esempio, una scimmia, in natura, osserviamola ancora bene: lei sta su un albero, a volte anche per settimane e mesi sullo stesso gigantesco albero tropicale, dove mangia i suoi frutti; quando urina e defeca, dove vanno le sue urine e feci?

PRECISAMENTE SOPRA LE RADICI DELLO STESSO ALBERO DAL QUALE STA MANGIANDO (il quale le ritrasforma in frutta).

Quindi, è vero che L'ALBERO NUTRE LA SCIMMIA, ma è anche vero che, allo stesso tempo, LA SCIMMIA NUTRE L'ALBERO stesso sul quale mangia (concimandolo perfettamente con le sue urine e feci). (Ogni albero, nel suo ecosistema specie-specifico, è sempreverde, non perde, quindi, mai le foglie, a parte il minimo ricambio unitario di base, e, dunque, urina e feci sono il suo unico cibo naturale).

E' un CICLO PERFETTO "ALBERO-SCIMMIA-ALBERO" che si richiude solo quando, appunto, la scimmia rilascia le sue deiezioni all'albero stesso dal quale mangia. Dunque, osservando bene la natura, si scopre che OGNI SPECIE ANIMALE URINA E DEFECA esattamente SUL PRODUTTORE VEGETALE DEL CIBO CHE MANGIA.

Quindi, QUAL'E' IL CIBO NATURALE DI QUALSIASI SPECIE VEGETALE ? (ovviamente anche se in maniera minore, comprese quelle entrate in co-devianza H, relative ad erbivori, granivori, ecc.)

ESATTAMENTE LE URINE E FECI DEGLI STESSI ANIMALI CHE NUTRONO.

Dunque, riguardo la SPECIE UMANA,

QUAL'E' L'UNICO CIBO ASSOLUTAMENTE PERFETTO E NATURALE CHE DOBBIAMO DAR DA MANGIARE AI NOSTRI ALBERI DA FRUTTA, SPECIALMENTE AI MELI ? ESATTAMENTE LE NOSTRE URINE E FECI (DELLA SPECIE UMANA), che sono perfettamente progettate dalla natura per loro (ovviamente, come vedremo meglio, espulse da un uomo disintossicato).

In altri termini, esattamente così come l'uomo è malivoro, IL MELO E' HOMO-DEIETTIVORO, cioè mangiatore di deiezioni (urina e feci) umane, che sono il suo unico e perfetto cibo naturale, visto che il melo altro è che il suo simbionte naturale [come abbiamo visto, specie relativa a Homo (uomo) e specie relativa a Malus (melo) si sono co-evoluti in perfetta simbiosi, sia anatomica che biochimico-fisiologica, per addirittura molti milioni di anni, e quindi IL CICLO H (idrogeno) PERFETTO risultante è proprio "MELO-UOMO-MELO"].

Ma c'è un particolare fondamentale da tener presente: così come la mucca (che, in natura, si nutre solo della sua erba specie-specifica) restituisce a quell'erba solo il residuo metabolico di quell'erba stessa, e così come la scimmia (antropomorfa) (che, in natura, si nutre solo del suo frutto specie-specifico) restituisce a quell'albero solo il residuo metabolico del suo frutto stesso (che l'albero gli dà), allo stesso modo

MAI DOBBIAMO NUTRIRE, ad esempio, I NOSTRI MELI SOLO CON IL RESIDUO METABOLICO FINALE DELLE LORO MELE STESSE cioè CON NOSTRE URINE E FECI DERIVANTI DA UNA NOSTRA ALIMENTAZIONE MELARIANA.

Ovviamente, ciò costituisce la situazione alimentare simbiotica ideale, ma se si ha un frutteto con alberi da frutta diversi,

l'importante è che le nostre urine e feci con cui li nutriamo, siano derivanti da una nostra alimentazione almeno fruttariana.

Qualsiasi altra alimentazione conduciamo ci farà produrre urina e feci intossicano i nostri alberi da frutto, I quali, di conseguenza, non essendo affatto in salute, ci ridaranno frutta assolutamente insalutare, danneggiando fortemente così anche la nostra, e così via, il cerchio continua all'infinito.

Ad esempio, con una alimentazione melariana (o, al limite, fruttariana) la nostra urina contiene quasi solo la perfetta UREA (rispetto all'estremamente tossico acido urico), e l'urea, come è noto anche a tutti i contadini, è un PERFETTO FERTILIZZANTE (ovviamente non l'urea chimica che si vende in polvere, ma quella perfetta è proprio quella di urina umana);

del tutto al contrario, da una alimentazione vegan-crudista (con uso anche di verdure e semi crudi) in poi (vegan, vegetariana e onnariana), l'urina umana conseguente contiene una spiccata prevalenza proprio dell'ESTREMAMENTE TOSSICO acido urico, che, invece di nutrire le piante, le intossica, e, col tempo, le fa ammalare, ammalando di conseguenza i nostri frutti, E QUINDI NOI STESSI.

[Infatti, è notissimo che le urine umane solo di onnariani, vegetariani, vegan e vegan-crudisti, "BRUCIANO" LE PIANTE, a tal punto che è scritto dovunque di evitare urinare sulle nostre piante proprio perchè l'urina umana (ovviamente di non fruttariano) le "brucia", cioè le intossica fortemente e le ammala, fino alla morte; stessa identica cosa vale per le feci umane, che, quando sono prodotte da melariani (o, al limite, fruttariani) contengono una quasi nulla quantità di sostanze azotate tossiche, NUTRENDO PERFETTAMENTE LE PIANTE, conferendogli salute e longevità assoluta, mentre se prodotte da onnariani, vegetariani, vegan e vegan-crudisti, sono troppo ricche di sostanze azotate tossiche, "bruciando" le piante, cioè intossicandole fortissimamente e ammalandole, fino alla morte].

L'unica nostra speranza di salute perfetta, quindi anche di longevità assoluta in aspetto fisico giovane, risiede proprio nella nostra capacità di richiudere questo CICLO BIOCHIMICO assolutamente perfetto.

Questo ciclo biochimico, poi, è sempre il famoso CICLO H, che abbiamo visto in precedenza, APPLICATO ALLA SPECIE UMANA. Così come ogni specie animale chiude il suo ciclo H, così noi dobbiamo chiudere il nostro. La chiusura del nostro ciclo H si chiama, appunto, ECOSISTEMA ANTROPICO (cioè, ciclo H applicato alla specie umana), [che è semplicemente UN MELETO (o, al limite, un frutteto) CON LA SPECIE UMANA INSERITA IN ESSO], che prevede, appunto, già intrinsecamente L'AUTOPRODUZIONE TROFICA ECOSISTEMICA.

Quindi, PER EVITARE DI LAVORARE ASSOLUTAMENTE IN VITA NOSTRA PER PRODURRE IL NOSTRO CIBO ADDIRITTURA PERFETTO, dobbiamo che semplicissimamente reinnescare IL RIASSETTO DEL NOSTRO ECOSISTEMA ANTROPICO. E', come tutte le cose naturali (vere), FACILISSIMO, MA PERSINO DI MOLTISSIMO PIU' DIFFICILE NON FARLO. Vediamo come si attua.

Riassetto dell' ECOSISTEMA ANTROPICO:
praticamente niente da fare

In termini pratici, quindi, il RIASSETTO DELL'ECOSISTEMA ANTROPICO prevede di evitare di sprecare assolutamente

LA NOSTRA PREZIOSISSIMA URINA O FECI DI MELARIANO (o, al limite, di fruttariano) in un water artificiale (dove solo toccando qualsiasi materiale artificiale, o semplicemente trasportato, o semplicemente conservandola, si degrada e modifica immediatamente e fortissimamente, divenendo estremamente tossiche persino per una pianta), ma, del tutto al contrario, semplicissimamente e naturalmente

DI URINARE E DEFECARE PROPRIO ESATTAMENTE SOTTO I NOSTRI ALBERI DA FRUTTO
[tenendo presente sia che urina e feci vanno fatte DIRETTAMENTE SOTTO LA PIANTA, e mai verse prima in un contenitore (o tubo o analoghi), in quanto si alterano immediatamente e fortemente (come vedremo meglio, in caso di intemperie, come eccezione, si può usare un compost toilet), sia che la chioma radicale dell'albero che le riceve è larga circa come la sua stessa chioma aerea (quindi si urinerà o defecherà a circa UN METRO di distanza dal tronco centrale);

per i non melariani (che hanno ancora feci innaturali e, quindi, fastidiose), per evitare di calpestare le feci, conviene portarsi una zappetta DA VASO (per evitare di alterare troppo il terreno) per fare una piccolissima buchetta (la più piccola possibile, anche perchè la decomposizione delle feci deve rimanere sempre aerobica, come vedremo meglio più avanti) defecarci dentro, e ricoprirla (con la stessa terra appena tolta); sempre per i non melariani (che si devono ancora pulire l'ano dopo la defecazione), usare l'ACQUA e niente altro, magari portandosi una piccola bottiglietta (da mezzo litro); come già accennato, non c'e niente di meno igienico della carta "igienica" o cose analoghe, sia per noi, che per il terreno, che le piante stesse].Una volta comprato il terreno per l'ecovillaggio, occorre, quindi, ovviamente RICREARE IL NOSTRO ECOSISTEMA ANTROPICO, ognuno sulla propria parte personale: è sufficiente SEMINARE (e non piantare) DEI MELI (e, al limite, altri alberi da frutta). Per la sicurezza di produzione per l'autoconsumo di mele personale (di una persona) bastano circa una decina di meli. Ovviamente per SEMINARE un melo (ed, in maniera analoga, una qualsiasi altra pianta

da frutto), è, come sempre, non solo SEMPLICISSIMO ma del tutto sufficiente copiare la grande maestra NATURA: dopo aver mangiato una MELA ROSSA, (ben matura, solo nel periodo di loro maturazione sull'albero, a seconda dell varietà e del luogo da giugno fino a marzo ed oltre, quindi non conservata) CHE CI E' PIACIUTA MOLTISSIMO AL GUSTO, basta gettare il suo INTERO TORSOLO (che contiene i semi, ma contiene anche le prime sostanze nutrizionali dei semi stessi), SUBITO E DIRETTAMENTE (non conservarlo prima) nel punto in cui si vuol far nascere l'albero, e schiacciarlo con il piede appena sottoterra (se il terreno non è sufficientemente morbido, va grattata con un legnetto una minima buchetta, sufficiente per poi ricoprire il torsolo con la pochissima terra tolta);

il prima possibile, alla prima nostra urina di almeno fruttariani da almeno 1 mese, con gli ultimi almeno 3 giorni di solo mele rosse, SI URINA SOPRA ED INTORNO AL TORSOLO COSI' SEMINATO (l'urina di melariano è la migliore in assoluto, anche per tutte le altre piante da frutta, che, se destinate alla specie umana, entrano semplicemente in riassetto H, esattamente come abbiamo visto già per le specie animali).

Si urinerà sul ed intorno al torsolo, nello stesso identico modo, circa UNA VOLTA OGNI DUE MESI, poi intorno alla piantina, che nascerà in primavera, poco dopo che i meli di quella zona rimettono le foglie (se non nasce, vuol dire che i semi erano infecondi, quindi basta riprovare con più torsoli, aumentando semplicemente il loro numero, anche nello stesso punto, fino a che non nasce almeno una piantina; se ne nasce più di una, lasciare la più vigorosa, e conviene regalare le altre a qualche vivaio, in quanto il trapianto, anche con zolla, altera enormemente l'equilibrio futuro della pianta).

Le FECI, sempre di almeno melariano (o, al limite, fruttariano sostenibile, visto nel capitolo precedente) vanno cominciate, molto gradualmente, ad usare SOLO DOPO (e mai prima) l'entrata della pianta in struttura secondaria (cioè quando il tronco comincia a lignificare, a diventare di legno); i primi anni MAI più di UNA VOLTA OGNI 6 MESI, poi, molto gradualmente, fino a quelle CHE EMETTIAMO SPONTANEAMENTE , per tutti i nostri meli (ed eventuali altri alberi da frutto).

Ovviamente, il tipo di mela (vale anche per tutti gli altri frutti) che nascerà mai sarà esattamente identica a quella del torsolo che abbiamo usato (di solito è addirittura MIGLIORE), MA QUESTO E' PROPRIO ADDIRITTURA IL VANTAGGIO PIU' GRANDE, in quanto la natura fa esattamente in modo che i figli di qualsiasi genitore, animale o vegetale, mai siano esattamente uguali al genitore stesso (come pretendere la mostruosità di un uomo perfettamente identico a suo padre); questo perchè il fenomeno naturale della riproduzione (pure per effetto del crossing-over, lo scambio selettivo di geni) serve proprio anche per MIGLIORARE la specie, e d evitare di rifarla con lo "stampino" (altrimenti non esisterebbe l'evoluzione).

La mela figlia sarà dunque la risultante tra i geni della pianta padre (che fornisce il polline, ciòè gli spermatozoi vegetali), e i geni della pianta madre (che fornisce l'ovulo, cioè la cellula uovo femminile vegetale), dalla quale è stata prelevata la mela (se la pianta è ermafrodita, ha lei stessa i fiori anche maschili relativi).

Quindi, la mela risultante sarà circa per il 50% simile a quelle della pianta padre, e per il 50% simile a quelle della pianta madre, ma, come sempre avviene in natura, è esattamente proprio questa mescolanza di geni (sempre aumentata addirittura pure dai vari crossing-over, in fase di produzione gametica) che rende le mele risultanti PERSINO PIU' BUONE DI QUELLE DEI GENITORI, ma anche l'intero albero risultante molto più forte, vigoroso e resistente a qualsiasi malattia.

[Ovviamente, se si getta un torsolo di mela, ad esempio, in un bosco, se per caso nasce un melo, rinascerà piccolo e striminzito, con mele piccole e striminzite, spesso poco buone al gusto, per il semplicissimo e banalissimo motivo che nessuno lo nutre (con il suo unico cibo naturale, urina e feci umane); per questo si dice che se si pianta un seme "riesce il selvatico" nella sua accezione più negativa (in realtà "selvatico" viene da "silva" che significa "bosco", quindi il suo vero significato è "naturale", che, nel caso del melo, dovrebbe essere "in ecosistema antropico"), proprio perchè, invece, "selvatico", nel suo significato usato, intendono "a sviluppo spontaneo, senza l'intervento dell'uomo", che è proprio la spiegazione esatta del perchè è striminzito, con mele striminzite e spesso poco buone: semplicemente perchè STA MORENDO DI FAME.

Una volta ridotto a quello stadio ci vorrebbero moltissimi anni di urina e feci umane (di melariano, o almeno fruttariano "2-1") per poterlo farlo riprendere al suo vigore naturale (se non è troppo tardi), col sapore e grandezza delle mele ristabilito.
PROPRIO PER LA NOSTRA SALUTE, MAI SI DEVONO ASSOLUTAMENTE PIANTARE LE MOSTRUOSITA' VEGETALI CHIAMATE "MELI" (o altri "alberi da frutto") CHE SI VENDONO IN COMMERCIO (vivai o altro), in quanto, purtroppo, sono tutte piante INNESTATE (e, anche se per caso da seme, come minimo da trapiantare, che, come abbiamo accennato, anche con zolla, rovina l'equilibrio biochimico futuro dell'intera pianta, quindi della frutta prodotta, quindi della nostra salute).
L'innesto (cioè, unire le radici separate di una pianta con il fusto separato di un'altra pianta) è, infatti,

LA PIU' GRANDE MOSTRUOSITA' CHE LA SPECIE UMANA SI POTEVA INVENTARE NEL CAMPO DELLA FRUTTA: è esattamente come se prendessimo un uomo, lo tagliassimo (orizzontalmente) a metà, all'altezza dell'ombelico, togliessimo la parte di sopra (busto, testa e braccia), e ci attaccassimo letteralmente ("innestassimo") la parte di sopra (sempre busto, testa e braccia) di un altro uomo; il risultato è un uomo fatto con le gambe di un uomo, e busto, testa e braccia, di un altro

uomo: UN VERO E PROPRIO MOSTRO. UNA PIANTA COSI' OTTENUTA (quella che si vende normalmente in commercio) HA UNA BIOCHIMICA E FISIOLOGIA COMPLETAMENTE STRAVOLTE ED INNATURALI.

Ora, è del tutto ovvio che, anche a livello biochimico-fisiologico, UNA PIANTA MOSTRO PUO' DARE SOLO DEI FRUTTI MOSTRO, che ci daranno sempre una salute e longevità assolutamente minima: purtroppo sono esattamente i frutti che compriamo da qualsiasi fruttivendolo, persino il più biologico, biodinamico o "naturale".

Ecco perchè DOBBIAMO ASSOLUTAMENTE FARE UN ECOVILLAGGIO PER ASSICURARCI LA SALUTE (e, quindi, FELICITA') E LONGEVITA' ASSOLUTA CON ASPETTO FISICO GIOVANE:

SPECIALMENTE PER POTERCI AUTOPRODURRE LE NOSTRE MELE (e, al limite, frutta), QUELLE VERE (il cui CICLO H, infatti, si richiude SOLO ED ESCLUSIVAMENTE SE URINA E FECI DATE AL MELO, o, al limite altro albero da frutta, SONO DEL CONSUMATORE DIRETTO STESSO, cioè prodotte dalla persona stessa che mangerà quei frutti), E' L'UNICA POSSIBILITA'].

L' ECOSISTEMA ANTROPICO, ovviamente, a rigore, è UN MELETO CON ESSERI UMANI; anche ai fruttariani sostenibili, essendo, come abbiamo visto, assolutamente l'unico tipo di fruttarismo possibile (specialmente per non avere problemi di salute), SI CONSIGLIA FORTISSIMAMENTE DI SEMINARE COMUNQUE SOLO MELI (e l'eccezione con altro tipo di frutta farla prendendola dall'esterno, per esempio, da altri che la producono, e la scambiano con qualche nostra mela) per il semplicissimo motivo che CONVIENE ASSOLUTAMENTE SEMPRE STIMOLARSI VERSO IL MELARISMO, mentre l'avere interi alberi che si caricano ogni volta di altro tipo di frutta, esattamente al contrario, tendono fortemente a stimolarci a mangiare di più altri tipi di frutta, ma, siccome TOSSINA CHIAMA TOSSINA, a farci tornare sempre più indietro, addirittura, poi, verso le verdure e persino oltre.

Un altro problema è che, se si decidesse di piantare anche alberi da frutta diversi da melo, se poi un giorno si cambia idea, per toglierli da adulti, escludendone l'uccisione (che comunque lascierebbe un apparato radicale enorme sottoterra, impedendo persino il piantare un altro albero nello stesso punto, a meno di non pagare un grosso escavatore che, comunque, rovina tutto l'equilibrio del terreno), costerebbe molti soldi per il suo trapianto, che andrebbe effettuato con un grande macchinario che lo sradichi con tutta la pesantissima zolla, e un altro che lo trasporti, ma lascierebbe il terreno di quell'area molto disequilibrato per piantarci, e per molto tempo, un'altra pianta.

Il "TRUCCO" ANCHE PSICOLOGICO di essere, invece, CIRCONDATI DI SOLI STUPENDI, RIGOGLIOSI, POSSENTI E MERAVIGLIOSI MELI (come solo i MELI DA SEME, e mai da innesto o altro, possono essere; sempre se da seme, I MELI sono esattamente GLI ALBERI ANCHE ESTETICAMENTE PIU' BELLI CHE ESISTONO IN NATURA, pure perchè sono filogeneticamente i più evoluti)

CI TRASMETTE UNO STATO DI BENESSERE MENTALE, OLTRE CHE FISICO, TALMENTE ELEVATO, E PERSINO MASSIMO, che tende fortissimamente A FARCI PERSINO DIMENTICARE CHE POSSA ANCHE LONTANAMENTE ESISTERE QUALCOS'ALTRO DA "MANGIARE", COL MASSIMO VANTAGGIO, QUINDI, PER LA NOSTRA SALUTE E, DUNQUE, FELICITA'.

[Comunque, per eventuali (appunto massimamente sconsigliati) altri alberi da frutta, basta procedere come per i meli. Per eventuali (ancora più sconsigliate, sia per la nostra salute, sia per l'attività comunque molto maggiore che richiedono; conviene, se si vogliono, come eccezione, assaggiare ogni tanto, scambiarle con altri) piante erbacee da frutta, (orto-frutteto, per frutta dolce o frutta ortaggio), come meloni, angurie, fragole, pomodori, cetrioli, zucchine, peperoni, melanzane, zucche, ecc., basta procedere, anche per loro, come per i meli, con l'unica differenza che, per la loro nutrizione, essendo piante estremamente più piccole di un albero, è sufficiente, subito dopo messi i semi delle varie piante (senza tagliare l'erba intorno ad essi), alle nostre successive urine, urinare (urina di almeno fruttariano sostenibile) sopra e intorno a tutti i semi (quando c'e, appunto, ancora solo il seme) solamente una volta (mai di più) per ogni pianta (o per poche piante, a seconda delle loro dimensioni finali), (e le sostanze nutrienti, alimenteranno perfettamente le piante per tutta la durata della loro produzione annuale).

Mai usare feci (neanche umane, neanche di melariano) per una pianta erbacea, nemmeno in piccola quantità, proprio per evitare di "bruciarle", cioè intossicarle ed ammalarle, in quanto essendo molto più piccole di quelle arboree, necessitano, di conseguenza, di nutrienti in quantità estremamente minore (rispetto ad ua pianta arborea che deve nutrire anche un intero tronco ed un relativamente enorme apparato di rami, foliare, ecc.)].

[Precisazione: chiunque lo abbia fatto, anche per pochissimi giorni, sa benissimo che, invece del comodissimo frutteto (che addirittura QUASI CI SI DIMENTICA DI AVERE per quanto NESSUN LAVORO, e' richiesto |se il frutteto stesso è impostato come predetto|), del tutto al contrario, per produrre le cosiddette "verdure" e i cosiddetti "semi" (l'orto per le "verdure", e il campo, e altri alberi, per i "semi" |"cereali", "semi oleosi", ecc.|, le cui relative piante vanno nutrite con gli stessi suddetti concetti di base, e, cioè, deiezioni umane, nei modi e tempi predetti)

RICOMPARIREBBE IMPROVVISAMENTE E VIOLENTEMENTE LO SPETTRO DEL LAVORO,

un lavoro che risulterebbe ogni giorno più fastidioso, fino, col tempo, all'insofferenza più totale (costringendo le persone anche alla suddivisione dei compiti, determinando il deleterio lavoro collettivo centralizzato, con tutta la conseguente catena di effetti ESTREMAMENTE NEGATIVI che vedremo più avanti); è esattamente per questo motivo che nel passato la gente è scappata "dal lavoro dell'orto e dei campi" (ma mai "dal frutteto") (c'è anche il detto "l'orto vuole l'uomo morto", proprio a causa del suo ben noto fastidioso relativo lavoro) per fuggire verso le pur invivibili città.

Ciò avviene ancora oggi, proprio per la addirittura "odiosità" che si accresce col tempo, di dover trafficare per quel lavoro, che, è, comunque, faticoso e fastidiosissimo, proprio solo ed esclusivamente con orti e campi (o "semi" in genere, oltre che con stalle, e relativo maleodorante sterco, per produrre "prodotti animali"), che, tra l'altro non hanno NEMMENO LA MINIMA BELLEZZA che ha uno stupendo e rigoglioso, addirittura paradisiaco, frutteto ("paradiso", come predetto, deriva da "paradeisos" che significa proprio esattamente "frutteto").

D'altronde, siccome NESSUNA specie animale deve "coltivare" il cibo adatto alla propria specie, basterebbe anche solo questo dato di fatto, cioè il fatto che SOLO "VERDURE" E "SEMI" (oltre ai "prodotti animali") CI COSTRINGONO AL LAVORO DI "COLTIVAZIONE"(ogni anno, almeno semina, e per il campo, e per i semi oleosi anche raccolta laboriosa), per dimostrare scientificamente che NEMMENO SIAMO BIOLOGICAMENTE ADATTI A QUELLE COMPONENTI ECOSISTEMICHE ("verdure" e "semi", oltre che "prodotti animali")].

E' ovvio, poi, che occorre farsi un toilet interno, da usare solo nei casi di intemperie (in cui è più difficile emettere le deiezioni direttamente sotto un albero) [il toilet interno più semplice e naturale è il COMPOST-TOILET, che è dotato di una specie di cassetto fondo sotto il water, nel quale cade direttamente la deiezione solida o liquida, e della terra che si butta sopra ad essa ogni volta (oppure si può anche comprare un toilet "chimico" da camper ed usarlo come compost toilet, cioè semplicemente senza usare prodotti chimici; in questo caso nemmeno serve alla terra) e che si svuota proprio in una buchetta sotto gli alberi, ma non alberi da alimentazione (visto che è conservata e, quindi, molto alterata), anche una volta l' anno (il compost-toilet si può facilissimamente autoprodurre anche con una sedia di legno facendoci un buco sopra, e mettendo sotto di essa un grosso contenitore estraibile)].

Ecosistema antropico;
AUTOPRODUZIONE TROFICA ECOSISTEMICA: LAVORO ASSOLUTAMENTE ZERO

Una volta così ottenuto il semplicissimo riassetto del nostro ECOSISTEMA ANTROPICO, il lavoro "agricolo" è subito FINALMENTE ASSOLUTAMENTE ZERO, come per qualsiasi altra specie animale, ma addirittura ci si accorgerà, anche in brevissimo tempo, ad esempio, che, riferito a qualsiasi nostra pianta alimentare (da frutto, o, al limite, da altro):

- LA PIANTA MAI SI AMMALA [è da seme e si nutre col cibo adatto alla sua specie, quindi nemmeno può ammalarsi, è semplicemente completamente disintossicata; quindi ci si deve scordare qualsiasi tipo di trattamento, fitofarmaco o concime (diverso dalla nutrizione naturale predetta)];

- LA PIANTA CRESCE MOLTO PIU' VELOCEMENTE (senza ostacoli innaturali che le impediscono di svolgere la sua normalissima fisiologia di base);

- LA PIANTA MAI VA INNAFFIATA [essendo senza innesto (da seme), (oltre che nutrendosi col cibo adatto alla sua specie), è molto più forte e potente addirittura di un franco (l'innesto di gran lunga più potente), mette un apparato radicale vigorosissimo, che va a cercarsi l'acqua da solo fittonando l'asse centrale fino al punto perfetto per il totale e definitivo approvviggionamento idrico; controllare solo le prime 3 estati, se non piove per oltre dieci giorni (questo vale anche per l'orto- frutteto), se le foglie non indicano una forte richiesta d'acqua, ma dare solo il minimo e solo in quel caso, altrimenti la pianta si abitua ad avere l'acqua solo dall'alto e poco sprofonda, come invece deve assolutamente fare, le sue radici a cercarsi l'acqua da sola, come sa già fare benissimo; anche per l'orto- frutteto, se le piante sono alimentate come predetto, non vanno mai innaffiate (tranne nel caso e modo appena detto), ma l'importante è anche scieglierli il periodo giusto, cioè quello in cui, oltre al calore sufficiente, ci sono anche le pioggie, che, nella fascia temperata del pianeta, va normalmente da inizio marzo a fine maggio];

- come qualsiasi altro albero in natura, che nasce da seme e che si nutre col cibo adatto alla sua specie, finalmente ritrova anche il suo perfetto equilibrio anatomico e morfologico, quindi

  L'ALBERO MAI VA POTATO (dalla nascita in poi) [la "potatura"è una vera e propria AMPUTAZIONE(come tale indebolisce moltissmo la pianta, alterandone fortissimamente tutto l'equilibrio anche biochimico-fisiologico compreso della frutta stessa che produce, e poi, tra l'altro, rendendo la pianta molto più vulnerabile a qualsiasi tipo di patologia),

  e, al limite, può servire solo come "correttivo", ma unicamente al minimo, solo ed esclusivamente se l'albero è stato alterato, ad esempio tramite innesto o addirittura potato da piccolo, come purtroppo fanno nei vivai prima di

venderla (altro ennesimo motivo per cui non bisogna mai prendere una pianta dal vivaio, ma seminarsela da soli);

se per caso si trova già sul terreno qualche albero proveniente da vivaio, o già alterato in precedenza, questo eventuale minimo di potatura correttiva va fatto solo ed unicamente in questo modo: LASCIANDO LA TESTA DELL'ALBERO,

cioè il suo tronco centrale (che parte dalla prima biforcazione multipla dell'impalcatura iniziale), mai tagliarlo fino alla massima altezza dell'albero (se è stato già tagliato, aspettare che ricresca un germoglio di ramo più o meno in zona centrale, sopra l'asse centrale verticale del tronco, e lasciarlo sviluppare verso l'alto, il più possibile verticalmente), che è proprio l'asse centrale che detta poi la FORMA NATURALE della pianta, specialmente dell'albero fruttifero (inoltre, questo consente alla linfa di scorrere liberamente verso l'alto e di evitare di costringere, di conseguenza, l'albero a ricacciare troppi cosiddetti "polloni" intorno al tronco di base o troppi cosiddetti "succhioni" sulla parte interna dei rami, che richiedono poi il faticoso lavoro annuale per toglierli ogni volta), e poi ritoccando solo al minimo la sua forma generale in modo da mantenere la sua NATURALE forma il più possibile SFERICA della chioma dell'albero fruttifero (basta un seghetto a mano, una sola volta l'anno, tra novembre e dicembre, massimo febbraio; il taglio mai va coperto con sostanze che aggiungiamo noi, ma la pianta deve cicatrizzare autonomamente le sue feritine, con i suoi tempi lenti; anche per questo motivo vanno fatti solo piccoli tagli una volta l'anno piuttosto che grandi tagli ogni più anni, quando i rami da tagliare sono divenuti più grandi);

mai va potato con la forma "a calice", o con qualsiasi altro tipo di potatura; proprio per questo, solo nel caso suddetto, questo minimo di potatura conviene assolutamente farselo da soli in questo modo (visto anche che purtroppo i contadini classici conoscono un minimo di questi concetti fitofisiologici di base)];

- LA PIANTA DA' I PRIMI FRUTTI MOLTO PRIMA, e da subito in poi, SONO MOLTO PIU' GRANDI, ED IN QUANTITA' MOLTO MAGGIORE (come predetto, senza ostacoli innaturali che le impediscono di svolgere la sua normalissima fisiologia di base);

- cosa fondamentale: IL SAPORE DEI FRUTTI E' TALMENTE SUPERIORE A QUELLO CHE SI E' MAI SENTITO, CHE SEMBRERA' LA PRIMA VOLTA CHE LI MANGIAMO.

  In particolare, siccome la nostra biochimica e fisiologia (e quindi le nostre deiezioni liquide e solide) è perfettamente simbionte, e quindi perfetta, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER IL MELO, IL GUSTO DELLE MELE SARA' TALMENTE INFINITAMENTE SUPERIORE A QUELLO NOTO, che sembrerà assolutamente

  LA PRIMA VOLTA CHE ABBIAMO MAI MANGIATO UNA MELA, MA ADDIRITURA LA PRIMA VOLTA CHE ABBIAMO MAI MANGIATO.

  Ad OGNI MORSO, infatti, si libera una vera e propria ORCHESTRA DI SAPORI che è impossibile descrivere (specialmente la rossa stark-deliziosa, il cui nome non è, infatti, un caso), ma che ci darà la conferma immediatamente, e finalmente DEL TUTTO CONSAPEVOLMENTE,

  CHE LE UNICHE PERSONE CHE MANGIANO COL MASSIMO GUSTO, SULL'INTERO PIANETA, SONO PROPRIO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE I MELARIANI.

  Si capirà anche perchè il suo nome più antico era "malon" (da cui deriva proprio "mela") cioè esattamente "IL FRUTTO", ad indicare chiaramente che, al suo confronto, da tutti i punti di vista ma specialmente del gusto, TUTTI GLI ALTRI NEMEMNO SONO CONSIDERABILI FRUTTI.

  Siccome "frutto" deriva da "frui" che significa "godimento", la parola "MELA" significa quindi, a rigore, "IL GODIMENTO", ad indicare chiarissimamente che è l'unico vero cibo-godimento assoluto di questo pianeta per la specie umana.

- LE PIANTE HANNO UNA RESISTENZA MASSIMA ANCHE ALLE GELATE (come predetto, non ha ostacoli innaturali che le impediscono di svolgere la sua normalissima fisiologia di base);

- LE PIANTE HANNO LA MASSIMA LONGEVITA' (IN PERFETTA SALUTE) [in particolare il MELO della varietà rossa stark-deliziosa, da seme, e nutrito per tutta la sua vita da deiezioni liquide e solide di un umano melariano che si nutre solo delle sue mele (chiusura perfetta del ciclo H), E' POTENZIALMENTE IMMORTALE; come, del resto, abbiamo visto che lo è lo stesso umano che si nutre solo delle sue mele].

Ecosistema antropico:
LAVORO ASSOLUTAMENTE ZERO ANCHE PER IL PRATO

In natura, NESSUN PRIMATE E' COSTRETTO A FALCIARSI IL PRATO PER VIVERE, NE TANTO MENO AD ANNAFFIARLO.

La specie umana, come al solito, si è complicata la vita per il solo motivo che ha alterato talmente anche il suo ecosistema extraurbano che hanno prevalso le specie erbacee più alte, del tutto inadatte alla specie umana.

LA SPECIE ERBACEA SPECIE-SPECIFICA PER LA SPECIE UMANA, cioè, quella che fa parte dell'ecosistema antropico, E' IL PRATO NANO (che da adulto è alto solo una decina di centimetri, piacevolissimo per la nostra specie) e invece che le specie erbacee che crescono oltre quella misura, che è erba, invece, specie-specifica solo per animali erbivori, che hanno bisogno di un erba molto più alta, anche e specialmente per nutrirsene.

Quindi, se il nostro prato ha una specie erbacea che ci costringe a tagliarlo, basta sostituirla gradualmente col prato nano (anche quello più resistente alla siccità; basta farsi dare dei semi relativi da chi gia' ce l'ha, oppure, in commercio, si trovano di numerosi tipi; fare prima delle prove, se un tipo non funziona bene, usarne un altro); in questo modo

MAI PIU' SAREMO COSTRETTI A FALCIARE PERIODICAMENTE IL NOSTRO PRATO O AD ANNAFFIARLO, MA NEMMENO INTOSSICHEREMO PIU' IL NOSTRO TERRENO CON LA DECOMPOISIZIONE ACIDIFICANTE DEI CADAVERI DELLE SUE NUMEROSISSIME FOGLIE (come vedremo meglio più avanti).

Anche le nostre urine e feci umane (sempre di almeno fruttariano sostenibile), essendo estremamente meno ricche di nitrati ed altre sostanze aspecifiche rispetto a quelle degli erbivori (che sono, invece, altamente specifiche per una crescita accentuatissima e veloce dell'erba), mai consentiranno la crescita del nostro prato oltre la decina di centimetri predetta (ecco un altro motivo per mai mangiare nemmeno insalata o verdure, che, essendo proprio "cibo" per erbivori, hanno un risultato metabolico finale che rilascia nelle nostre urine e feci delle sostanze specializzatissime proprio nella CRECITA VELOCE ED ACCENTUATISSIMA del nostro prato, anche se di tipo nano; anche i semi, se usati nella nostra "alimentazione", aumentano enormemente, al pari delle verdure, LA VELOCITA' ED ACCENTAZIONE MASSIMA DI CRESCITA del nostro prato, in quanto, essendo troppo ricchi di proteine ed altre sostanze, rilasciano una quantità enorme di azoto nelle nostre urine e feci).

Azioni umane inadatte alle nostre piante alimentari (da frutto, o, al limite, da altro):

ERRORI "AGRICOLI" PIU' GRAVI IN ASOLUTO CHE PORTANO ALLA MALATTIA LE NOSTRE PIANTE (E QUINDI NOI STESSI) QUALSIASI COSA CHE NON HA GIA' PREVISTO LA NATURA FA MALISSIMO, ALLE PIANTE ED A NOI.

Ad esempio, almeno le cose del tutto fonfamentali da sapere sono:

- MAI TOCCARE UN TERRENO. NESSUNA SPECIE ANIMALE, in natura, E' COSTRETTA A "MUOVERE" IL TERRENO PER PRODURRE IL SUO CIBO. IL TERRENO PRODUCE IL CIBO PERFETTO PER LA SUA SPECIE SENZA MAI ESSERE MINIMAMENTE "MOSSO".

  Quando si compra un terreno (anche fosse "incolto" da moltissimo tempo),

  L'ERRORE "AGRICOLO" PIU' GRAVE IN ASSOLUTO E' PROPRIO QUELLO DI "MUOVERE" IL TERRENO (ad esempio, con la fresa, il ripper o peggio ancora con l'aratro, ecc.), o anche solo toccarlo con qualsiasi strumento artificiale, persino una piccola zappa.

  Bisogna capire bene subito, infatti, che

  UN TERRENO NON E' SEMPLICE "TERRA", MA UN IPERCOMPLESSO E DELICATISSIMO INTERO ECOSISTEMA, LETTERALMENTE VIVENTE.

  Ad esempio, OGNI SUO STRATO E' UN MICRO-ECOSISTEMA interconnesso con gli altri strati e con l'esterno:

  oltre, ovviamente, il PRIMO STRATO VEGETALE, come minimo di PIANTE ERBACEE, compreso di tutta la MICRO-FAUNA E MICRO-FLORA, ANCHE MICOTICA (FUNGHI), relativa simbionte e non simbionte, sia all'altezza della parte aerea che della parte radicale, dapprima c'è lo STRATO DI COPERTURA, in cui, oltre a deiezioni animali, liquide e solide, foglie secche, rametti secchi, e numerosissime altre parti di vegetali ed animali in decomposizione, VIVONO, CON UNA PREZIOSISIMA ATTIVITA', MILIARDI DI MILIARDI DI SPECIFICI BATTERI, PROTOZOI, ED ALTRA MICRO-FAUNA E MICRO-FLORA, che "lavorano" anche per noi 24 ore su 24 (a costituire anche il cosiddetto humus); subito sotto c'è lo STRATO SUPERFICIALE del terreno, che presenta

assolutamente ipercomplesse MICRO-FAUNA E MICRO-FLORA interconnesse,

CON MILIARDI DI MILIARDI DI ORGANISMI DI OGNI TIPO E SPECIE, DA BATTERI, PROTOZOI, INSETTI, MOLLUSCHI, INVERTEBRATI I GENERE, ANFIBI, RETTILI, PICCOLI O PICCOLISSIMI MAMMIFERI,

tutti sempre che "lavorano" 24 ore su 24 proprio anche per noi, "CONCIMANDOCI" continuamente il terreno, nutrendosi a vicenda tra micro-flora e micro-fauna, quest'ultima producendo anche tutte le sue deiezioni liquide e solide (urina e feci, anche degli stessi miliardi di insetti); sempre più in basso ci sono tutti i numerosissimi strati sovrapposti del terreno, ognuno con una sua SPECIFICISSIMA MICRO-FAUNA E MICRO-FLORA, sempre MILIARDI DI MILIARDI DI ORGANISMI E DI MIGRO-ORGANISMI, che, anche per far funzionare tutta la stratificazione più superficiale del terreno, MAI DEVE ESSERE MINIMAMENTE ALTERATA; ecc.

Un'altra cosa fondamentale è anche che in tutti i numerosissimi vari strati sovrapposti del terreno VIVONO MILIARDI DI MILIARDI DI BATTERI DI MOLTISSIMO DIVERSI a seconda che lo strato del terreno in cui vivono SIA PIU' SUPERFICIALE O PIU' PROFONDO:

NEGLI STRATI PIU' SUPERFICIALI DEL TERRENO VIVONO BATTERI AEROBI, CHE EFFETTUANO UNA PREZIOSISSIMA ATTIVITA', LA DECOMPOSIZIONE AEROBICA,

che inizia il delicatissimo ed ipercomplesso processo di decomposizione organica,

ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE PER LA SALUTE DELLE NOSTRE PIANTE ALIMENTARI, E QUINDI DELLA NOSTRA, MA ADDIRITTURA DEL TUTTO VITALE PER ENTRAMBI, MENTRE
NEI SUCCESSIVI STRATI VERSO IL BASSO,

essendoci una quantità di ossigeno immediatamente ed enormemente sempre più bassa, VIVONO
QUASI ESCLUSIVAMENTE I BATTERI ANAEROBI, che, invece, EFFETTUANO UN'ALTRA PREZIOSISSIMA ATTIVITA', LA DECOMPOSIZIONE ANAEROBICA,

che serve per decomporre i residui sempre più terminali della decomposizione aerobica superficiale, chiudendo il ciclo chimico tra strati supeficiali del terreno e pianta,

QUINDI SEMPRE ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE PER LA SALUTE DELLE NOSTRE PIANTE ALIMENTARI, E, DI CONSEGUENZA, PER LA NOSTRA STESSA SALUTE.

Visto tutto ciò, e visto anche che se distruggiamo un solo anello di questa catena distruggiamo l'equilibrio anche di tutti gli altri anelli della stessa catena biochimica, se anche solo sfioriamo con una zappa qualche centimetro superficiale di terreno,

- DISTRUGGIAMO IMMEDIATAMENTE TUTTO QUESTO EQUILIBRIO BIOCHIMICO MICROECOSISTEMICO ADDIRITTURA STRATIFICATO ED IPERCOMPLESSO;

figuriamoci, quindi, se il terreno viene, invece, letteralmente lacerato e quasi frullato da un qualsiasi altro macchinario anche di poco più grande (ad esempio, motozappa, fresa, ripper, aratro, ecc,):

E' PROPRIO LA QUASI MORTE DEL TERRENO STESSO

(infatti su quel terreno per un bel po’ di tempo non nascerà più niente, e quando lentamente comincerà a ridare qualcosa LA DARA' MALATA, e, comunque, COSI' ALTERATA che crea il bisogno attuale dei contadini ad usare fitofarmaci per le loro piante già malate dalla nascita, semplicemente perchè crescono da un terreno quasi morto)
Ma il terreno mai deve diventare quasi morto

PERCHE' E' PROPRIO LUI CHE DEVE DARE LA VITA ALLE NOSTRE PIANTE ALIMENTARI, LE QUALI, A LORO VOLTA, LA DEVONO DARE A NOI: SE UCCIDIAMO IL TERRENO UCCIDIAMO NOI STESSI.

DARE UNA ZAPPATA AL TERRENO SIGNIFICA ESATTAMENTE DARLA A NOI STESSI.
Quindi, LA PRIMISSIMA REGOLA DELLA NOSTRA SALUTE E': MAI TOCCARE IL TERRENO.

Anche se abbandonato, incolto, e infertile da tanti anni, a renderlo perfettamente

ADDIRITTURA MOLTO PIU' FERTILE DI PRIMA CI PENSERANNO LE NOSTRE NUOVE PIANTE STESSE,

con il ravvivarlo con lo sprofondare ed il ramificarsi stesso delle loro radici, NUTRITE PERFETTAMENTE DALLE NOSTRE DEIEZIONI UMANE (ovviamente di almeno fruttariano sostenibile, ed usate nel modo predetto). Il nuovo prolificare rigogliosissimo della vita sotterranea DIPENDE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DA QUESTO.

Ricordiamoci sempre, poi, che TUTTO IL TERRENO SOPRA LE RADICI delle nostre piante alimentari E' ESATTAMENTE IL LORO STESSO INIZIO DI SISTEMA DIGERENTE (dalla BOCCA allo STOMACO):

le nostre urine e feci vengono, infatti, letteralmente DIGERITE [cioè prima "masticate" dalla superficie del terreno (BOCCA) , e poi spezzettate ulteriolmente in un certo modo proprio dalla stratificazione del terreno sottostante (STOMACO) fino alle radici della nostra pianta]

proprio dal TERRENO sopra le radici, fino poi a passare i prodotti metabolici finali di questa digestione alla superficie radicale stessa (LE RADICI SONO L'INTESTINO DELLE PIANTE, che assolvono all'ASSORBIMENTO dei vari nutrienti, e li immettono gradualmente alla linfa della pianta, cioè proprio il suo SANGUE).
[Questo è anche uno dei tantissimi motivi per cui LE PIANTE SONO VERE E PROPRIE PERSONE, e vanno assolutamente rispettate come tali, FINO AL PIU' PICCOLO FILO D'ERBA, che ha intestino (radici), sangue (linfa), polmoni (parte aerea), sessualità (apparato riproduttore), figli (spore o semi), e specialmente un SISTEMA NERVOSO (strutture esocellulari in cui scorrono elettroni, i loro neurotrasmettitori), una forma di comunicazione evolutissima (onde elettromagnetiche) con le altre piante, ed UNA CAPACITA' DI SOFFRIRE, ESATTAMENTE COME NOI, e che, dunque, HA UNA SUA GRANDISSIMA VITA E GRANDISSIMA DIGNITA', parole che noi capiamo solo quando ci vengono intaccate personalmente:

proviamo, quindi, ad IMMEDESIMARCI ANCHE IN UN FILO D'ERBA, prima di strapparlo, o, PEGGIO, di strappare una singola foglia di insalata (o qualsiasi altra PERSONA vegetale che noi banalmente chiamiamo "verdura"), o PEGGIO ANCORA, di masticare un loro vero e proprio FIGLIO, che noi banalmente chiamiamo "seme" (come "legumi", "cereali" e "semi oleosi")].

Quindi, QUANDO SI "FRULLA" IL TERRENO (con qualsiasi strumento: zappa, motozappa, fresa, ripper, aratro, ecc.) anche solo superficialmente,

E' ESATTAMENTE COME SE SI FRULLASSE LETTERALMENTE IL SISTEMA DIGERENTE DI UN UOMO:

nemmeno si può, poi, certo pretendere che egli rimanga in salute, se nemmeno può digerire il suo cibo.

LA PIANTA SI AMMALERA', e poi si pensa che per "guarirla" gli si devono dare fitofarmaci, che, invece, la INTOSSICHERANNO ancora di più.

E' esattamente ciò che, normalmente, fa l'uomo ancora oggi.

[Ed è proprio per questo motivo che poi l'uomo, entro un certo tempo, si scoraggia della "campagna", definendola, alla fine, con le due "f" che sono quelle che alla fine lo fanno fuggire nella pur invivibile città: "fango" e "fatica".

Ma, ancora una volta, sono 2 cose che si è inventato lui stesso, perchè il fango si crea solo ed esclusivamente PROPRIO PERCHE' SI "FRULLA" IL TERRENO (se invece si lascia l'erba, essa è già strutturata in modo tale che, col suo apparato radicale a fittissima "rete" superficiale, più gli innumerevoli fili stessi d'erba coprente, IL FANGO MAI SI FORMA) e, allo stesso modo, la fatica se l'è inventata lui stesso, prima PER "FRULLARE" FATICOSISSIMAMENTE IL TERRENO, con dei macchinari tra l'altro molto costosi, e poi PER CERCARE FATICOSISSIMAMENTE DI GUARIRE LE SUE PIANTE, spesso mai riuscendoci, che anche e proprio frullando il terreno ha fatto ammalare, con numerosi fitofarmaci, tra l'altro anch'essi molto costosi.

Inoltre, essi sono ovviamente DANNOSI SPECIALMENTE PER NOI, visto che, attraverso la linfa (i fitofarmaci, e proprio i più potenti, vengono dati SPECIALMENTE AL TERRENO, AL TRONCO E ALLE FOGLIE), giungono anche al frutto che mangiamo, sostanze molto velenose che, dunque, CI MANGIAMO LETTERALMENTE NOI STESSI e, siccome provengono SPECIALMENTE dalla linfa (interna), cioè DALL'INTERNO DELLA PIANTA, NEMMENO SI TOLGONO LAVANDO O PERSINO SBUCCIANDO I FRUTTI (come MOLTO INUTILMENTE ed ADDIRITTURA MOLTO DANNOSAMENTE fanno spesso le persone, che, invece, TOLGONO MOLTISSIME PREZIOSISSIME SOSTANZE, come abbiamo visto, CONTENUTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NELLA BUCCIA, a cominciare proprio dalla vitamina B12 stessa) proprio perchè SONO IN QUANTITA' MOLTO MAGGIORE PROPRIO NELLA POLPA DEL FRUTTO].

- MAI NUTRIRE UNA NOSTRA PIANTA ALIMENTARE CON COSE DIVERSE DALLE NOSTRE URINA E FECI UMANE (di almeno fruttariano sostenibile, e nel modo predetto).
L'uomo si è letteralmente inventato LE COSE PIU' ALTAMENTE TOSSICHE da dar da mangiare alle sue piante alimentari (da frutto), come:

>"letame" (feci ed urina, parzialmente decomposte, di erbivori). NESSUNA SPECIE ANIMALE CONCIMA IL SUO CIBO CON LE FECI E L'URINA DI UN ALTRA, MA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON LE SUE FECI E LA SUA URINA. Come abbiamo visto, per CHIUDERE IL NOSTRO CICLO H, e quindi PER STARE IN SALUTE, è indispensabile non solo USARE LE NOSTRE DEIEZIONI UMANE, ed ASSOLUTAMENTE MAI QUELLE DI

ALTRE SPECIE ANIMALI, ma addirittura LE NOSTRE PERSONALISSIME DEIEZIONI,

quindi nemmeno di altri umani, visto che in natura, ogni singolo individuo, soprattutto tra i primati, ha la sua area di territorio preferenziale, dove quindi, oltre a mangiare la sua frutta preferita, allo stesso tempo,

URINA E DEFECA ESATTAMENTE SULLE RADICI PROPRIO DELLE PIANTE DI CUI MANGIA ABITUALMENTE IL FRUTTO.

Così ci siamo evoluti biochimicamente per milioni di anni e, di conseguenza,

IL NOSTRO PERSONALE CICLO H E' PROPRIO ESATTAMENTE TRA NOI E LE NOSTRE PERSONALI PIANTE ALIMENTARI (da frutto).

Altri enormi errori dell'uso del letame è che è ancora più fortemente tossico anche perchè, normalmente, è sia trasportato, e sia già parzialmente decomposto; IN NATURA, NESSUN ESCREMENTO O URINA VIENE EMESSO IN UN POSTO E TRASPORTATO IN UN ALTRO,
tanto meno già parzialmente decomposta; infatti, è assolutamente essenziale che la DECOMPOSIZIONE AEROBICA delle deiezioni (sia liquide che solide) avvenga A COMINCIARE DALL'ESATTO MOMENTO IN CUI TOCCANO IL TERRENO, iniziando e terminando I DELICATISSIMI ED IPERCOMPLESSI PROCESSI BIOCHIMICI INTERNI nello STESSO PRECISO PUNTO DEL TERRENO IN CUI SONO STATE EMESSE.

Feci e urina (anche quelli umani) NEMMENO VANNO SOTTERATI (quelli umani di non melariano, solo se necessario per non calpestarli, si possono sotterrare per il minimo possibile, nel modo predetto) per gli stessi identici motivi spiegati, più avanti, per il sovescio.

> "pacciamatura" (foglie ed altri residui vegetali, posti sopra il terreno). TUTTE LE PIANTE SONO SEMPREVERDI, IN NATURA. SONO INESISTENTI PIANTE CADUCIFOGLI (cioè che perdono tutte le foglie nello stesso periodo), IN NATURA.

Se una pianta (arborea, arbustiva od erbacea) perde tutte le sue foglie d'inverno, E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PERCHE', in passato, E' STATA PIANTATA DALL'UOMO IN UN ECOSISTEMA CHE HA UN CLIMA DIVERSO DA QUELLO SPECIE-SPECIFICO PER LA SPECIE VEGETALE IN QUESTIONE.

In termini più semplici, se una pianta perde tutte le sue foglie d'inverno, vuol dire che è stata piantata (o i suoi progenitori, anche in un passato lontanissimo) dall'uomo IN UN CLIMA INADATTO A LEI.

Ad esempio, le nostre PIANTE DA FRUTTO che perdono tutte le loro foglie d'inverno (compreso il MELO),

LO FANNO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PERCHE' SONO PIANTE ASSOLUTAMENTE INTERTROPICALI, evolutesi, quindi, in zone dove e' assolutamente assentel'inverno, e, dunque, dove mai sono indotte, specialmente dal freddo, a produrre l'acido abscissico, che fa cadere tutte le foglie.

Infatti, LA STESSA PIANTA, ad esempio di MELO, che, fuori dai tropici, perde le foglie d'inverno, se trapiantata nella zona equatoriale (ovviamente intorno ai 1200 metri di altitudine, dove abbiamo visto che si è filogeneticamente formata), ritorna finalmente alla sua fisiologia naturale, quindi RITORNA ASSOLUTAMENTE SEMPREVERDE, e NEMMENO perderà mai più tutte le foglie, semplicemente perchè lì l'inverno è inesistente.

E' IL SUO CLIMA SPECIE-SPECIFICO, ha una salute PERFETTA, e produce MOLTA PIU' FRUTTA, MOLTO PIU' BUONA, PIU' VOLTE ALL'ANNO, E ADDIRITTURA IN CONTINUAZIONE.

(come predetto, fa ben 2 GRANDI PRODUZIONI ALL'ANNO, ma sono di maturazione così graduale e scalare che

ADDIRITTURA IN OGNI GORNO DELL'ANNO SI POSSONO MANGIARE MELE MATURE DALL'ALBERO STESSO.

Un particolare importante: LE MELE, ANCHE SIA PERFETTAMENTE MATURE, SIA UN PO' OLTRE, MAI CADONO,

cominciano a cadere SOLO quando la fase di maturazione è eccessiva e comincia gradualmente la fase di decomposizione; si sono, infatti, co-evolute solo ed esclusivamente con la specie umana, che, essendo l'unica specie a postura eretta, ha i piedi in terra e le mani in alto, struttura che ha adattato il melo all'inibizione della produzione di acido abscissico in fase di maturazione completa del frutto, ed un po’ oltre, proprio a facilitarne la sua disseminazione zoocora antropica).

[Infatti, l'ideale per la specie umana, sarebbe creare ECOVILLAGGI con meleti, o molto meglio, come vedremo più

avanti, SOCIETA' NATURALI con meleti, di mele specialmente rosse deliziose, proprio in tutte le zone intertropicali di tutto il mondo, specialmente sulla zona equatoriale della Rift Valley, intorno agli 800 metri di altitudine, dove siamo nati, sia il melo che contemporaneamente la specie umana, e dove essendo assente l'inverno, c''e UNA ETERNA E PIACEVOLISSIMA PRIMAVERA, è anche il clima ideale per la nostra specie, e finalmente non avremmo mai più bisogno

DI QUELLE VERE E PROPRIE GABBIE che, invece, chiamiamo "case" (infatti, entrambi i termini, vengono dalla stessa radice etimologica, che vuol dire esattamente "contenitore"), e nemmeno

DI QUELLE VERE E PROPRIE GABBIE DELLA NOSTRA PELLE che, invece, chiamiamo "vestiti" (SIAMO L'UNICO ANIMALE CHE SI VESTE; ciò, inoltre, CON ENORME DANNO PER LA NOSTRA SALUTE, anche relativamente alla produzione di vitamina D, che si forma solo al contatto dei raggi del sole con la nostra pelle)

potendo finalmente goderci delle notti stupende sotto le fronde dei maestosi e stupendi meli intertropicali, adornate di magiche stelle tropicali brillantssime].

Quindi, LA FINALITA' BIOLOGICA DI UNA FOGLIA MAI E' QUELLA DI "NUTRIRE" COL SUO CADAVERE LA PIANTA, ma, del tutto al contrario, COSTITUIRE I POLMONI (le piante respirano proprio con le foglie) della pianta stessa.

Il RICAMBIO FOLIARE di una pianta che vive nel suo perfetto ecosistema specie-specifico E' ADDIRITTURA QUASI NULLO e, comunque, avviene talmente in periodi ed anni diversi tra una foglia e l'altra che il terreno è praticamente SEMPRE ASSOLUTAMENTE SGOMBRO di foglie morte (ma sono presenti solo quelle vive, quelle dell'erba).

Dunque, la cosiddetta "pacciamatura", cioè principalmente i tantissimi cadaveri di foglia posti sulla terra, per tentare di "nutrire" le nostre piante alimentari, del tutto al contrario, ALTRO FA' CHE INTOSSICARLE FORTEMENTE,

in quanto qualsiasi residuo vegetale (dalle foglie, ai rami secchi, ecc.) DETERMINA UNA DECOMPOSIZIONE AEROBICA ACIDIFICANTE, che ACIDIFICA, appunto, IL TERRENO E LA LINFA DELLE NOSTRE PIANTE, FINO AI NOSTRI FRUTTI,

contrariamente a feci ed urina umana (sempre di almeno fruttariano sostenibile), che determinano UNA DECOMPOSIZIONE AEROBICA LEGGERMENTE ALCALINIZZANTE e PERFETTA proprio per le nostre piante alimentari.

> "sovescio" (piante erbacee, specialmente leguminose, sotterrate). SE, IN NATURA, CADE, ad esempio, UNA FOGLIA (o qualsiasi altro residuo vegetale, come eventuali rametti secchi, ecc.) da un albero, ESSA CADE SUL TERRENO, MAI SOTTO IL TERRENO.

LA NATURA HA PREVISTO, infatti, che la eventuale decomposizione di residui vegetali AVVENGA SEMPRE SOPRA IL TERRENO, ED ASSOLUTAMENTE MAI SOTTO TERRA.

Questo anche per un motivo molto semplice: SOPRA il terreno, essendoci molto ossigeno, vivono i miliardi di batteri aerobi, che, quando, ad esempio, cade una foglia, cominciano subito a decomporla tramite una decomposizione aerobica, che, pur essendo leggermente acidificante perchè trattasi di residuo vegetale e non di deiezione animale, se è una sola foglia, acidifica solo di poco il terreno

Ma se la stessa foglia viene messa SOTTO il terreno (quindi coperta da uno strato anche minimo di terra, o addirittura anche coperta solo parzialmente), siccome nello strato sottostante del terreno (anche di pochissimo), c'e subito moltissimo meno ossigeno che sullo strato di terreno superficiale scoperto all'aria aperta, e, quindi, in esso vivono principalmente batteri anaerobi, la decomposizione della stessa foglia non sarà più una decomposizione aerobica, ma, del tutto al contrario, UNA DECOMPOSIZIONE ANAEROBICA, che è, invece, anche

ESTREMAMENTE ACIDIFICANTE, e, di conseguenza, INTOSSICA ENORMEMENTE IL TERRENO, LA PIANTA, LA SUA LINFA, e quindi, ANCHE I SUOI FRUTTI Dunque, mettere una sola foglia sotto un minimo strato di terra (anche solo parzialmente), E' LA COSA PEGGIORE che si possa dare ad una pianta per "nutrirla",

- figuriamoci le tantissime foglie tutte insieme, ma addirittura tantissime piante erbacee intere tutte insieme (compreso radici, fusti erbacei, ecc.), sotto un anche minimo strato di terra, come fa la pratica del "sovescio".

Il "sovescio" è, quindi, proprio UNA DELLE PEGGIORI AZIONI UMANE CHE SI POSSANO ESEGUIRE SU UN TERRENO, in quanto determina LA MASSIMA ACIDIFICAZIONE DEL TERRENO STESSO, e quindi della

PIANTA, dalle sue RADICI e LINFA IN POI, compresi I FRUTTI.

> "compost" (scarti "alimentari", già fermentati e putrefatti). IL COMPOST E' INESISTENTE IN NATURA, semplicemente perchè NESSUNA SPECIE ANIMALE PRODUCE "SCARTI" QUANDO MANGIA (se non appunto urina e feci, che sono scarti proprio cibo per vegetali).

Ad esempio, UNA MUCCA MANGIA L'ERBA, E MAI SPUTA NESSUNO "SCARTO;

qualsiasi animale fruttivoro, poi, NEL SUO ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO, si nutre solo con frutti adatti alla sua specie, che sono SOLO ED ESCLUSIVAMENTE quelli CHE PUO' MANGIARE CON TUTTA LA BUCCIA, quindi anche lui PRODUCE NESSUNO "SCARTO", (ovviamente getta il seme, che è tutt'altro che uno scarto, è una futura pianta).

Chiunque produce "scarti" quando mangia vuole semplicemente dire che STA MANGIANDO COSE INADATTE ALLA SUA SPECIE, e, quindi, prima o poi, sicurissimamente si ammalerà, per cui è meglio CHE CAMBI SUBITO ALIMENTAZIONE; in caso di "scarti" minimali di fruttariano,

MAI VANNO GETTATI VICINO LE NOSTRE PIANTE ALIMENTARI,

ma vicino altre piante, il più possibile lontane dalle prime e nascoste (anche per l'impatto visivo squallido),

MA IL PRIMA POSSIBILE, SENZA FARLI PRIMA DECOMPORRE DA ALTRE PARTI,

e sopra la superficie del terreno, senza mai sotterrarli (per gli stessi identici motivi descritti per il sovescio), visto anche che la loro decomposizione, pure aerobica superficiale, è molto simile a quella di qualsiasi altro residuo vegetale (dalla foglia secca, al rametto, ecc.) cioè ACIDIFICANTE (e l'acidificazione, come predetto, parte dalle radici, arriva alla linfa, poi alla parte aerea della pianta, FINO AL FRUTTO STESSO CHE MANGIAMO).

> "leguminose", "rotazione" (delle "colture"), ecc. Qualsiasi altro metodo per nutrire le nostre piante diverso da quello naturale per la nostra specie,

E' SOLO ALTAMENTE TOSSICO PER LE NOSTRE PIANTE ALIMENTARI, e, quindi, PER NOI. IN NATURA, NESSUNA PIANTA NUTRE UN'ALTRA PIANTA. A volte si cerca di nutrire le nostre piante alimentari piantandoci vicino, o in precedenza, leguminose, o analoghi: le leguminose (o gli analoghi)

NEMMENO SONO UNA COMPONENTE ECOSISTEMICA RELATIVA ALL'ECOSISTEMA ANTROPICO;

ne sono anzi MOLTO LONTANE, e questo INTOSSICA FORTEMENTE LE NOSTRE PIANTE (che sono, tra l'altro, proprio quelle che HANNO MENO BISOGNO DI AZOTO IN ASSOLUTO, contrariamente all'azione delle leguminose, che ne inseriscono assolutamente troppo nel terreno).

In natura, NEMMENO ESISTE LA "ROTAZIONE" (delle "colture"). Ogni specie vegetale colonizza un territorio specie-specifico, E NEMMENO SI SPOSTA A "ROTAZIONE",ed in nessun altro modo, assolutamente con nessuna altra specie.

Questo addirittura fino a raggiungere il suo massimo equilibrio, detto appunto FASE DI CLIMAX.

Ciò (cioè proprio la inesistenza della "rotazione") mai "impoverisce" il terreno, ma del tutto al contrario, essendo ogni specie vegetale in SIMBIOSI TROFICA persino cresciente con le specie animali dello stesso ecosistema,

LO TIENE COSTANTEMENTE AL MASSIMO LIVELLO FITO-TROFICO (capacità nutrizionale delle piante stesse).

La cosiddetta "rotazione" è, quindi,

E' INNATURALE, DEPAUPERA E INTOSSICA COSTANTEMENTE IL TERRENO (QUINDI LA PIANTA FINO ANCHE AL FRUTTO, E, DUNQUE, NOI STESSI) sino, addiritura, a creare forti problematiche salutari successive per qualsiasi specie vegetale.

Se si nota che un terreno si "impoverisce" è semplicissimamente perchè NON SI E' NUTRITO CON LE SOSTANZE SPECIE-SPECIFICHE PER LE NOSTRE PIANTE ALIMENTARI, e, cioè, come predetto, le uniche in tutto il pianeta in grado di chiudere il nostro ciclo H: DEIEZIONI LIQUIDE E SOLIDE UMANE (di almeno fruttariano sostenibile).

> ecc.

- Comunque, per qualsiasi motivo, in caso di "malattia" della pianta, o di qualunque altro inconveniente, MAI USARE ASSOLUTAMENTE FITOFARMACI, MA NEMMENO NESSUN ALTRO "RIMEDIO" COSIDDETTO "NATURALE" LA NATURA CONOSCE SOLO ALIMENTAZIONI, QUELLE GIUSTE.

  Se un qualsiasi vivente, (abbiamo già visto che, scientificamente, "vita" vuol dire proprio "nutrizione") anche vegetale, si "ammala", o presenta qualsiasi altro inconveniente,

  VUOL DIRE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CHE E' INTOSSICATO, cioè cheLA PIANTA NON E' STATA NUTRITA CON IL CIBO ADATTO ALLA SUA SPECIE.

  (Anche una pianta "alimentare" diversa da melo, diverso "da frutta", ha come cibo ideale la deiezione umana, in quanto con essa entra in riassetto H, esattamente così come, analogamente, abbiamo visto avvenire per le specie animali).
  Quindi, così come per la specie umana (o qualsiasi altra specie), non serve allarmarsi,

  MA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DISINTOSSICARE LA PIANTA,

  riportandola gradualmente alla alimentazione (se è una nostra pianta alimentare) fatta unicamente di DEIEZIONI UMANE (sempre solo di almeno fruttariano sostenibile), prima liquide, e poi (ma solo per le piante a struttura secondaria, cioè con fusto legnoso, quindi arboree e non erbacee) solide (sempre nei modi e tempi predetti). La nutrizione naturale, come per gli animali, compresi gli umani, E' SEMPRE QUELLA MINIMA, quindi, più in particolare, per una pianta erbacea, mai più di una effettuazione di urina ogni tre mesi, mentre per una pianta arborea, mai più di una effettuazione di urina e feci ogni mese (a differenza degli altri primati che, vivendo più sugli alberi, e molto meno IN MEZZO agli alberi come la specie bipede uomo, nutrono più spesso la singola pianta).

- Ecc.

L'UOMO DEVE SMETTERE DI ERIGERSI A "CORRETTORE" DELLA NATURA.

La natura ha impiegato DDIRITTURA MILIARDI DI ANNI per arrivare a PERFEZIONATISSIMI MA DELICATISSIMI EQUILIBRI, che SONO ASSOLUTAMENTE GLI UNICI CHE CONSENTONO LA PAROLA SALUTE, per qualsiasi specie animale o vegetale.

Nessun bisogno è richiesto all'uomo per trovare soluzioni diverse rispetto a quelle che già la natura stessa aveva meticolosissimamente progettato ed

ADDIRITTURA IPER-MICROSCOPICAMENTE PERFEZIONATO AL MASSIMO LIVELLO IN MILIARDI DI ANNI,

ma, addirittura, qualsiasi cosa decidessimo razionalmente di modificare noi, essendo, comunque, sempre la nostra conoscenza INFINITAMENTE LIMITATA rispetto a quella, costruita in molti miliardi di anni, ASSOLUTAMENTE INFINITA della natura, non possiamo che fare ENORMI DANNI. E' sufficiente rimetterci umilmente, ma felicemente, PERFETTAMENTE IN ASSE CON LA NATURA, ma con la nostra natura, proprio quella adatta alla nostra specie, appunto del predetto ECOSISTEMA ANTROPICO.

AUTOSUFFICIENZA TOTALE di ogni unità abitativa e personale generale:
oltre quella ALIMENTARE, è basilare quella (eventuale) ECONOMICA

Ovviamente, ogni unità abitativa deve essere COMPLETAMENTE AUTOSUFFICIENTE, o con metodi più naturali [semplicemente azzerando, o quasi, tutte le esigenze artificiali, addirittura aumentando, di conseguenza, la stessa felicità, cosa che solo un melariano (o, al limite, fruttariano) può fare], oppure, ad esempio, con AUTOPRODUZIONE TERMICA [come con coibentazione massima (materiali tipo il sughero, foderanti completamente l'intera superficie interna della casa, impediscono quasi completamente al calore di uscire, e, per effetto di ciò, è sufficiente il calore del corpo umano a mantenere la temperatura interna della casa |se la cubatura è quella spiegata in questo testo|); oppure con impanto solare termico per il riscaldamento dell'ambiente interno],

AUTOPRODUZIONE IDROTERMICA (ad esempio, pannelli solari idrotermici, per l'acqua calda),
AUTOPRODUZIONE ELETTRICA (ad esempio, pannelli solari fotovoltaici),
IMPIANTO DI AUTOSMALTIMENTO ACQUE REFLUE (ad esempio, fossa biologica a dispersione naturale in terra, o, ancora meglio, il semplice predetto compost-toilet),

ecc.

Ora, siccome i soldi rappresentano delle RISORSE NON RINNOVABILI DEL PIANETA (quelle RINNOVABILI sono, del tutto al contrario, proprio quelle che fanno USCIRE DAI SOLDI), che usiamo come scambio commerciale, e che poi, comunque, devono essere FISICAMENTE PRODOTTE proprio per effetto di questo scambio, è ovvio che i soldi rappresentano, di conseguenza, PROPRIO LA LETTERALE DISTRUZIONE GRADUALE DELL'INTERO PIANETA, pezzo per pezzo, giorno dopo giorno, visto che ci troviamo in un SISTEMA FINITO (e non infinito) di risorse non rinnovabili. Di conseguenza, i soldi rappresentano esattamente LO STRUMENTO MENO ECOLOGICO IN ASSOLUTO sull'intero pianeta.

Quindi, è poi anche ovvio che ogni componente dell'ecovillaggio, per il semplicissimo fatto che si trova in un posto che, invece, comincia proprio con la parola "ECO", deve tendere quanto più possibile, gradualmente, precisamente ALL'ELIMINAZIONE TOTALE DEI SOLDI DALLA SUA VITA.

All'inizio, per gli ultimi piccoli bisogni indotti economici personali, la cosa più semplice è proprio quella di vendere il surplus della propria produzione di frutta

[con la frutta si ottiene sempre il massimo rendimento economico in assoluto, per unità di superficie, sia fresca che lavorata (se è lavorata ovviamente il ricavato economico è maggiore); ad esempio, vendendola sotto forma di frutta essiccata, di patè (ad esempio, di olive), o di marmellate fruttariane (crude, come predetto), prodotti facilissimi sia da produrre che da conservare (essendo molto più che biologici o biodinamici, visto che sono finalmente assolutamente del tutto naturali, andrebbero a ruba se fatti conoscere in qualsiasi sede di associazioni ecologiste, vegetariane, ed analoghe);

fino a che gli alberi da frutto sono ancora inproduttivi, conviene coltivare piante da frutto di produzione velocissima (solo circa 3 mesi) come meloni, angurie, fragole, pomodori, cetrioli, zucchine, peperoni, melanzane, zucca, ecc., sempre vendute sia fresche che lavorate, visto anche che con la frutta ortaggio si possono produrre essiccati (come i pomodori secchi), moltissime salse (ad esempio, passate di pomodoro, anche condite, più costose, come, per esempio, il sugo alla zucca, alle zucchine, ai peperoni, alle melanzane, ad una loro combinazione , ecc.), o patè (ad esempio, di zucchine, peperoni, melanzane, ecc.)].

Vita in una RETE DI ECOVILLAGGI: del tutto "MAGICA" Dunque, l'eco-villaggio (per la sua stessa definizione di "ECO") è tecnicamente possibile SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER UNA PERSONA già, o in avvicinamento convinto, MELARIANA (o, al limite, fruttariana), la quale è del tutto essenziale che sviluppi l'ecovillaggio con PERSONE che abbiano almeno QUELLO STESSO OBIETTIVO ALIMENTARE,

anche proprio perchè assolutamente mai riuscirà, nè a continuare la sua alimentazione, nè a fare un ecovillaggio duraturo, se mai è circondato da PERSONE CHE LO STIMOLANO AD ANDARE SEMPRE AVANTI (in tutti i sensi, a cominciare proprio dalla sua alimentazione, quindi salute e poi felicità).

Solo in questo modo, infatti, col tempo, si può arrivare ad una armonia e spontaneità generale, che, tra una vita personale serena, spensierata e allegra, e una vita sociale, basata sulla compagnia stupenda degli amici del proprio ecovillaggio, e di quella degli ecovillaggi vicini (della rete di ecovillaggi), e fatta anche quindi di serate "magiche", feste, musica, canti, balli, cene fruttariane, ecc., oltre che (anche questo essenziale) circondato dalla natura ecovillagica, **PORTA INEVITABILMENTE ALLA VERA E PIU' COMPLETA FELICITA'.**

Il progresso e la ricchezza altro è che il possesso della FELICITA' che, a sua volta, proprio per il principio della minima energia, può essere data solo ed esclusivamente da cose semplici, e quindi dalla SEMPLICITA'

Il termine **PROGRESSO** deriva dalle parole "pro", che significa "avanti", e "gressus" che significa "passo"; quindi "progresso" vuol dire semplicemente **"PASSO AVANTI".**

Verso cosa? Ovviamente, verso la **FELICITA'**. Quindi, a rigore, IL PROGRESSO è esattamente **AUMENTO DI FELICITA'.**

Dunque, il termine PROGRESSO, di per se stesso, ha nessuna relazione con qualsiasi prodotto artificiale, (il progresso ASSOLUTAMENTE E' "aumento di artificialità"), nè, tanto meno, con la cosiddetta tecnologia, (il progresso ASSOLUTAMENTE E' , tanto meno, "aumento di tecnologia"), ma, proprio del tutto al contrario, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON UNA SENSAZIONE PROFONDISSIMA ed interna specialmente al nostro cervello: appunto LA FELICITA'.

Stessa cosa vale per il concetto di RICCHEZZA. Il termine stesso "ricco" deriva dalla parola antica "rihhi" (che ha la stessa radice etimologica di "rex", che vuol dire re), e significa esattamente "potente" (da "potere", infinito presente di "posso").

Cioè, il ricco è colui che "può". Può cosa? Naturalmente tutto, ma il tutto più grande è, ovviamente, essere FELICE. Quindi la MASSIMA RICCHEZZA è altro che la FELICITA'.

Ora, la FELICITA', come abbiamo accennato, altro è che UNA SEMPLICISSIMA SITUAZIONE NEUROTRASMETTITORIALE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE DEL NOSTRO CERVELLO. Come abbiamo già

visto, un qualsiasi organismo vivente, animale o vegetale, per innescare la situazione di minima energia strutturale deve assolutamente essere del tutto inserito

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NELL'ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO PER LA SUA SPECIE,

unica condizione che consente a tutti i parametri strutturali vitali, dall'essenziale ALIMENTAZIONE SPECIE-SPECIFICA fino a tutto il resto, di far raggiungere appunto anche la situazione di minima energia strutturale dell'intero sistema nervoso, cioè proprio esattamente la cosa che noi chiamiamo **FELICITA**' (armonia con se stessi, con gli altri e con la natura).
Di conseguenza, il prodotto artificiale (tra cui il peggiore, cioè quello tecnologico), essendo altro che un insieme di materiali del tutto estranei all'ecosistema antropico, o comunque modificati, e, quindi, ad altissima energia strutturale per la nostra specie, e, allo stesso tempo, il risultato di numerosissime azioni ad addirittura massima energia strutturale, mai potrà farci avanzare DI UN SOLO MILLIMETRO verso la situazione strutturale mentale di felicità, ma addirittura, ad ogni prodotto artificiale che aggiungiamo nella nostra vita, faremo un persino gigantesco PASSO INDIETRO di allontanamento proprio dalla nostra felicità.

La **FELICITA**' è fatta, infatti, del tutto all'opposto, solo unicamente ed esclusivamente di cose semplicissime, ma addirittura LE PIU' SEMPLICI CHE ESISTONO IN ASSOLUTO, assolutamente mai banali, perchè sono proprio quelle che ci fanno stare infinitamente bene, e che la natura ha progettato per noi addirittura in 4 miliardi di anni; esse sonotalmente preziose che sono,

PROPRIO LE UNICHE COSE AL MONDO CHE MAI SI POSSONO COMPRARE

(ecco perchè, una volta ripristinato l'ecosistema antropico di un ecovillaggio, o, ancora meglio, di una società naturale, i soldi sono assolutamente inutili, e, anzi, diventano proprio l'elemento artificiale PIU' DANNOSO IN ASSOLUTO), ma, addirittura, PROPRIO LE UNICHE COSE AL MONDO CHE LA NATURA, in un ecosistema antropico,

CI DA ASSOLUTAMENTE DEL TUTTO GRATIS:

- il cibo (addirittura quello perfetto)
- la salute
- la libertà (anche dal lavoro)
- l'amicizia
- la natura (persino proprio quella specie-specifica);

e, poi, anche tutte quelle cose, sempre SEMPLICISSIME, e che sono proprio

IL MOTIVO STESSO PER CUI VIVIAMO, talmente semplici che sono addirittura PROPRIO LE COSE PIU' BELLE IN ASSOLUTO (quelle per cui anche gli innumerevoli poeti di tutto il mondo hanno da sempre massimamente sognato nelle loro poesie), e che la NATURA, in un ecosistema antropico, **CI DA' ASSOLUTAMENTE SEMPRE DEL TUTTO GRATIS:**

la sensazione massima di benessere, la serenità, il tempo libero, l'allegria, il sorriso degli altri, l'amicizia, il gioco spontaneo, la tenerezza, degli alberi stupendi, dei fiori meravigliosi, il loro profumo, dei prati fantastici, un paradiso intorno a te, il canto degli uccellini, il sole, il suo calore, la freschezza dell'aurora, il trionfo dell'alba, lo spettacolo del tramonto, l'atmosfera fantastica del crepusolo, il fascino della luna, le meravigliose stelle nel cielo, ecc.

E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LA SOMMA DI TUTTE QUESTE COSE CHE DA' AUTOMATICAMENTE LA FELICITA'.

Come si vede chiarissimamente,

NELL'ELENCO SONO ASSENTI LE COSE CHE SI POSSONO COMPRARE CON I SOLDI: la natura antropica CI DA' GIA' TUTTO ASSOLUTAMENTE GRATIS. In altri termini, LA FELICITA' E' FATTA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI COSE ASSOLUTAMENTE GRATUITE.

Con la schiavitù del lavoro possiamo solo arrivare a soldi, che però, come abbiamo visto, MAI POSSONO COMPRARE LE SUDETTE COSE che ci servono per la felicità; possono servire, invece, proprio del tutto al contrario, solo a comprare cose che, innalzando la nostra energia strutturale, portano gradualmente il nostro sistema nervoso a produrre proprio i neurotrasmettitori, come le catecolamine, tipici dell'INSODDISFAZIONE dell'INFELICITA'.

Quindi, anche la RICCHEZZA e la POVERTA' sono concetti che hanno NESSUNA RELAZIONE CON I SOLDI, ma solo ed esclusivamente con LA FELICITA'. SEI RICCO SE SEI FELICE, POVERO SE SEI INFELICE. Quindi, la RICCHEZZA, a rigore, è solo ed esclusivamente RICCHEZZA DI FELICITA'. In altri termini, la RICCHEZZA è, proprio del tutto al contrario dei soldi, esattamente l'AVER NESSUN BISOGNO DEI SOLDI. Quindi, ricordiamoci benissimo che L'UNICA COSA A CUI

BISOGNA PUNTARE SEMPRE NELLA VITA, ed addirittura CON TUTTE LE NOSTRE FORZE, è proprio ad essere non ricchi, ma del tutto assolutamente RICCHISSIMI, cioè:

ricchissimi di salute (MILIARDARI DI SALUTE),
ricchissimi di allegria (MILIARDARI DI ALLEGRIA),
ricchissimi di sorrisi intorno a noi (MILIARDARI DI SORRISI),
ricchissimi di alberi stupendi (MILIARDARI DI ALBERI),
ricchissimi di fiori (MILIARDARI DI FIORI),
ricchissimi di prati meravigliosi (MILIARDARI DI PRATI),
ricchissimi di tempo libero (MILIARDARI DI TEMPO),
ecc.

Ecco perchè PER DIVENTARE IMMEDIATAMENTE RICCHISSIMI SFONDATI (e senza assolutamente nessun sacrificio) E' DEL TUTTO SUFFICIENTE REALIZZARE UN SEMPLICISSIMO ECOVILLAGGIO (o, come vedremo più avanti, ancora meglio UNA SEMPLICISSIMA SOCIETA' NATURALE) con i nostri migliori amici (quelli veri predetti).

Tra l'altro, se abbiamo intorno a noi la NATURA (antropica), poi,

ABBIAMO GIA' PROPRIO LA COSA PIU' RICCA IN ASSOLUTO:

LA NATURA TI DA' MIGLIAIA DI FIORI;
LA NATURA TI DA' MIGLIAIA DI FRUTTI,
LA NATURA TI DA' MILIARDI DI STELLE.

(Dalle culture più antiche, il SIMBOLO DELLA RICCHEZZA mai era una assolutamente una moneta o una banconota, ma unicamente una CORNUCOPIA stracarica SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DI FRUTTA; il termine stesso "FELICITA'" deriva da "felix" che significa esattamente "FRUTTIFERO", cioè CARICO di FRUTTA; da notare che l'ECOVILLAGGIO |ed ancora di più la SOCIETA' NATURALE|, di base, altro è che un grande FRUTTETO).

Quindi, il SEGRETO DELLA FELICITA' consiste (ovviamente dopo che si è iniziata ad inserire nella nostra bocca il "carburante" sempre più ADATTO a noi, e dopo essersi circondati di amici veri, cioè in sintonia totale almeno su queste cose fondamentali della vita) anche prima di tutto nel

CAPIRE E CONVINCERSI PROFONDAMENTE DI TUTTE QUESTE COSE SUDDETTE,

e dell'infinita potenza mentale che solo ed esclusivamente la semplicità naturale può conferire, e, subito dopo, proprio nel DIRIGERSI PROGRESSIVAMENTE, passo dopo passo, (dando anche il tempo al nostro cervello di uscire da tutte le droghe artificiali soprattutto mentali, e solo molto dannose e del tutto patologiche come cucina, elettrodomestici, televisione, automobile, ecc.), VERSO, appunto, LA REALIZZAZIONE DI UN ECOVILLAGGIO (o, ancora meglio, DI UNA SOCIETA' NATURALE), che, infatti, è proprio che LA SOMMA DI TUTTE QUELLE COSE SEMPLICI NATURALI prima elencate, e che sono proprio

ASSOLUTAMENTE LE UNICHE CHE SPINGONO GRADUALMENTE TUTTI I TASTI GIUSTI NEL NOSTRO CERVELLO PER FARLO ESSERE AUTOMATICAMENTE FELICE.

Ovviamente, questo, ma solo ed esclusivamente per un cervello ancora intossicato aspecificamente (cioè da vegan-crudista ad onnariano) e, quindi, letteralmente drogato, può apparire un "tornare indietro", ma la questione,

PER UN CERVELLO CHE USA NEUROTRASMETTITORI NATURALI,

cioè a base di indolamine (invece delle più tremende catecolamine |prodotte dai precusori organici presenti solo in "alimentazione" costituita di cadaveri di piante ed animali| che ci riempiono di vere e proprie paure e di bisogni indotti), e, quindi, al contrario, di un organismo che si nutre finalmente con la "benzina" adatta a lui, melariana, o, al limite, fruttariana, è esattamente del tutto opposta:

MAN MANO CHE CI SI DISINTOSSICA ASPECIFICAMENTE si proverà piacere e soddisfazione totale e profonda SOLO ED ESCLUSIVAMENTE CON COSE SEMPRE PIU' SEMPLICI E NATURALI, fino, un giorno, A NON AVERE PIU' ASSOLUTAMENTE BISOGNO DI COSE ARTIFICIALI, ma addirittura A PROVARE UN ENORME FASTIDIO AL SOLO PENSARLE.

Quello sarà uno dei giorni più belli della tua vita proprio perchè sarai uscito anche dalla vera e propria DROGA DELL'ARTIFICIALITA': sarai una PERSONA FINALMENTE LIBERA, dalle malattie e dalla tristezza, ma anche DALLA ORRENDA E PATOLOGICA SCHIAVITU' DEL LAVORO E DEI SOLDI. Molte persone, che vivono in ecovillaggio, nel mondo, ci sono già riuscite da molto tempo: NEMMENO USANO PIU' I SOLDI DA ANNI, e, addirittura, al posto della

schiavitù del lavoro per ottenerli, fanno una varietà anche enorme e sempre diversa di ATTIVITA' PIACEVOLISSIME, seguendo sempre i loro tempi e ritmi personali, e del tutto diversi per ogni persona.

E ricordiamoci sempre, che, dopo la salute, la cosa più importante IN ASSOLUTO nella nostra vita è il semplicissimo SORRISO che ci rivolgono gli amici intorno a noi (per capire quanto è fondamentale basta immaginarsi per un attimo come sarebbe la nostra vita se in tutto il mondo nessuno ci rivolgesse più un sorriso):

NEMMENO DEVI ANDARE A FARE LO SCHIAVO A LAVORARE PER OTTENERE I SOLDI PER COMPRARLO, proprio perchè è impossibile comprare un sorriso sincero, esso può arrivare SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN MANIERA GRATUITA, ed è, allo stesso tempo, sempre dopo la salute, ESATTAMENTE LA COMPONENTE PRINCIPALE DELLA NOSTRA FELICITA'.

Cenni di ANTROPO-ETOLOGIA (etologia umana);

E' fondamentale almeno la sua minima conoscenza per evitare di fare IL PIU' GRANDE DEGLI ERRORI, ad innesco immediato (sempre più consapevole) di INFELICITA', nel campo delle nostre RELAZIONI INTERPERSONALI, e di derivazione unicamente dalla disperazione post-glaciale: la cosidetta "coppia", e la cosiddetta "famiglia".

Il segreto della naturalità del GRUPPO DI AMICI. Come sempre, la natura aveva fatto le cose in modo SEMPLICISSIMO E "MAGICO", che noi abbiamo già vissuto pacificamente e felicemente per ben 5,2 miloni di anni, e che noi, ma solo dopo le glaciazioni, abbiamo complicato al massimo, e, quindi, rovinato tutto.

L'ETOLOGIA UMANA ben conosce un DATO DI FATTO (ADDIRITTURA STATISTICO), persino su scala MONDIALE:

LA MAGGIOR PARTE DEGLI OMICIDI NEL MONDO AVVIENE mai da parte della MALAVITA, (addirittura anche organizzata, come, ad esempio, la MAFIA in tutto il mondo |da quella cinese, a quella russa, a quella italiana, ecc.|, e tutte le altre componenti CRIMINALI del pianeta) MA PROPRIO NELLA COSIDDETTA "COPPIA" (ad opera proprio di uno dei due) E NELLA COSIDDETTA "FAMIGLIA" (ad opera proprio di un cosiddetto "familiare").

Ma gli antropo-etologi nemmeno si stupiscono: è ovvio che se un individuo appartenente ad una specie animale, come quella umana, adotta un MODELLO RELAZIONALE ASSOLUTAMENTE ESTRANEO ALLA PROPRIA SPECIE (come la cosiddetta "coppia" o "famiglia"), IL SUO CERVELLO COMINCIA A PRODURRE una percentuale sempre più alta di NEUROTRASMENTTITORI CATECOLAMINICI,

Dapprima quelli tipici dell'ansia e della stanchezza, successivamente quelli tipici della noia e dello stress sempre più accentuato, fino addirittura a quelli tipici della sempre più frequente violenza verbale, e poi, in molti casi, violenza fisica: è esattamente LA SUCCESSIONE DI EVENTI CLASSICA, che, in tutto il mondo, SI VERIFICA SEMPRE PIU' SPESSO, proprio a mano a mano che la nostra specie sta rientrando NEI PARAMETRI SPECIE-SPECIFICI, DALL'ALIMENTAZIONE ALLA DIMINUZIONE DELLE COSTRIZIONI SOCIALI.

E' solo un semplicissimo meccanismo di AUTODIFESA DEL CERVELLO STESSO: se esso vive una situazione neuronale di più alta energia strutturale come la cosiddetta "coppia" o "famiglia", sempre per il semplice principio fisico della MINIMA energia, CERCA, IN TUTTI I MODI, DI LIBERARSENE IL PRIMA POSSIBILE, e, se la situazione glie lo rende difficile, ARRIVA ADDIRITTURA ALLA VIOLENZA (pure, apparentemente, per il motivo più banale), anche a quella fisica più estrema.

Ancora come sempre, per capire l'ENORME ERRORE INDOTTO POST-GLACIALE della cosiddetta "coppia" e "famiglia", che ha compiuto la specie umana, è sufficiente osservare la natura: TUTTE LE SPECIE ANIMALI VIVONO IN GRUPPO (proprio esattamente l'analogo del nostro GRUPPO DI AMICI).

Anche partendo dalla NASCITA STESSA DELLA VITA sulla terra, IL GRUPPO si è progressivamente chiamato, ad esempio: colonia (se riferito a batteri), branco (se riferito a pesci), stormo (se riferito a uccelli), mandria (se riferito a erbivori), ecc., gruppo (se riferito a primati, compreso l'uomo).

Come si nota i termini usati sono diversi, "colonia", "branco", "stormo", "mandria", ecc., MA IL SIGNIFICATO E' SEMPRE ESATTAMENTE LO STESSO: GRUPPO.

Ciò avviene sempre per il motivo che la minima energia strutturale di un sistema si ottiene solo ed esclusivamente SE TUTTE LE SUE COMPONENTI LAVORANO IN ASSOLUTA SINERGIA.

Anche lo stesso fondatore della scienza dell'etologia, Conrad Lorentz, dopo approfondite ricerche, era arrivato alla conclusione che, per la SPECIE UMANA, IL NUMERO OTTIMALE E SPECIE-SPECIFICO DI INDIVIDUI per ottenere relazioni interpersonali al massimo livello qualitativo (massima serenità, allegria, armonia, e, in definitiva, FELICITA'), è proprio intorno ad UNA DECINA. D'altronde, come SPECIE UMANA, questo numero si è talmente radicato nel nostro DNA

in milioni di anni, che il nostro stesso ISTINTO ci porta automaticamente a riformare sempre, anche incosciamente, gruppi attorno proprio ad UNA DECINA DI INDIVIDUI; oltre l'ANTROPO-ETOLOGIA, é sufficiente, infatti, una osservazione attenta per constatare pure che:

- anche TUTTI GLI ALTRI PRIMATI ANTROPOMORFI formano gruppi o sottogruppi più compatti mediamente attorno proprio ad UNA DECINA DI INDIVIDUI;

- specie umana, IN ASSOLUTAMENTE TUTTE LE CULTURE INSEDIATIVE TRADIZIONALI dei villaggi, da quelli antichi fino a quelli attuali, da quelli africani, a quelli asiatici, a quelli americani, ecc, il numero delle unità abitative era sempre mediamente attorno proprio ad UNA DECINA (ciò si nota anche nei molti musei a cielo aperto, in tutto il mondo, relativi alla struttura generale dei villaggi tradizionali);

- nella specie umana, TUTTI GLI SPORT DI SQUADRA PIU' DI SUCCESSO AL MONDO hanno la squadra composta attorno proprio ad UNA DECINA DI PERSONE (calcio, regby, football americano, ecc.);

- specie umana, IN TUTTE LE TRADIZIONI CULTURALI GENERALI ANTICHE PIU' FAMOSE AL MONDO si riscontra sempre un numero di persone attorno proprio ad UNA DECINA (anche il gruppo di apostoli era composto di dodici persone, ma uno ha tradito, ecc.);

- ma addirittura, nella specie umana, come è già noto anche in SOCIOLOGIA, sempre osservando attentamente, notiamo che le "COMITIVE" DI AMICI che si formano spontaneamente e stabilmente, IN TUTTE LE SOCIETA' DELL'INTERO PIANETA, sono composte mediamente intorno proprio ad UNA DECINA DI PERSONE (persino in una grande festa, con molte decine di persone, si formano istintivamente molti sottogruppi, che, mediamente sono proprio attorno alla decina di persone, ecc.);

- ecc.

Per lo stesso motivo, anche FILOGENETICO (evolutivo) e GENETICO, si nota che pure IN TUTTI GLI ECOVILLAGGI PIU' DURATURI, di tutto il mondo, il gruppo di base, o i sottogruppi, che si formano spontaneamente e stabilmente sono sempre mediamente intorno proprio ad UNA DECINA DI PERSONE.

Sempre a rigore scientifico, le osservazioni continuamente più attente e dettagliate dell'ETOLOGIA MODERNA, hanno fatto giungere quest'ultima alla conclusione che in natura, PROPRIO IN TUTTE LE SPECIE ANIMALI, LA COSIDDETTA "COPPIA" E' INESISTENTE: infatti, del tutto al contrario [anche perchè è proprio il fenomeno più random (casuale) esistente], ciò che può esistere è l'accoppiamento, che è un fenomeno biologico che può avvenire

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NEL BREVISSIMO PERIODO (POCHISSIMI GIORNI ALL'ANNO E NON TUTTI GLI ANNI) in cui l'animale avverte l'estro sessuale, cioè nel periodo, appunto, degli accoppiamenti, che come predetto, E' BREVISSIMO (POCHISSIMI GIORNI), ma a cui, normalmente, partecipano effettivamente, in realtà, addirittura POCHISSIMI INDIVIDUI DELLA SPECIE.

Anche nei pochi casi che si pensava fossero eccezioni (fondamentalmente solo alcune specie di uccelli, o, molto più raramente, mammiferi) in cui apparentemente sembrava notarsi una cosiddetta "coppia", ad una ossevazione più dettagliata a telecamere nascoste, si è notato che quando il maschio si allontana, anche per poco tempo, alla femmina normalmente capita di allontanarsi

E COPULARE O ACCOPPIARSI CON QUALSIASI ALTRO MASCHIO DELLA SUA SPECIE (e, comunque, anche quando, per brevi periodi, apparentemente poteva sembrarsi una cosiddetta "coppia", si trattava sempre di specie animali assolutamente del tutto LONTANISSIME DALLA SPECIE UMANA, come ad esempio uccelli o carnivori).

Sempre osservando umilmente l'unica nostra vera maestra di vita, la NATURA stessa, e, quindi, SENZA ERIGERCI A CORRETTORI DELLA NATURA, si nota che LA SPECIE PIU' VICINA GENETICAMENTE IN ASSOLUTO, ma anche PIU' SIMILE VISIVAMENTE IN ASSOLUTO alla SPECIE UMANA, è una specie di primati scoperti e studiati proprio negli ultimi decenni: il BONOBO.

Essi sono TALMENTE SIMILI ALL'UOMO da essere, oltre a noi, L'UNICA SPECIE AL MONDO che cammina normalmente anche con POSTURA ERETTA L'UNICA SPECIE AL MONDO a praticare il sesso anche in POSIZIONE FRONTALE, ecc.; sono, a rigore scientifico, IL VERO PARAMETRO ANIMALE da prendere come riferimento PER LA SPECIE UMANA.

Dal punto di vista SOCIALE RELAZIONALE, formano la società più pacifica, serena, ed addirittura gioiosa e felice sull'intero pianeta (proprio esattamente come è la specie umana in fase melariana, o, al limite, fruttariana): Ora, formano istintivamente GRUPPI, o, al limite, sottogruppi, mediamente attorno proprio ad UNA DECINA DI INDIVIDUI, ma,

addirittura, nella loro società NEMMENO ESISTE ASSOLUTAMENTE IL PIU' PICCOLO BARLUME, DI RAPPORTO DI COSIDDETTA "COPPIA" (anche in caso di FIGLI, essi stanno vicini solo alla loro madre, ma unicamente nel primissimo periodo di crescita fino alla loro indipendenza principalmente locomotrice, raggiunta la quale SI ALLONTANANO subito, e PER SEMPRE, dal gruppo di origine; quindi, come vedremo meglio,

NEMMENO ESISTE ASSOLUTAMENTEO IL PIU' PICCOLO BARLUME, DI COSIDDETTA "FAMIGLIA";

Inoltre, l'ALLONTANAMENTO assolutamente SPONTANEO e DEFINITIVO dei figli dal gruppo di origine ovviamente è una strategia della NATURA anche per evitare futuro accoppiamento parentale, che portando ad una sempre minore biodiversità dei caratteri genetici, metterebbe sempre più in pericolo la sopravvivenza stessa della specie; questo è pure il motivo, scritto profondamente nella nostra GENETICA

da almeno 60 milioni di anni fa (periodo di nascita dei primati), per il quale E' INNATURALE, TANTOMENO SALUTARE psico-fisicamente, soprattutto per la nostra specie, RIMANERE A VIVERE CON I PROPRI GENITORI, FRATELLI E PARENTI,

soprattutto dopo il termine dello sviluppo; il fenomeno è ancora più chiaro quando si guardano le statistiche mondiali di aumento esponenziale delle tensioni familiari tra il figlio che ha ormai terminato lo sviluppo e genitori e parenti; l'istinto naturale, persino profondamente genetico, di raggiungere la propria libertà e indipendenza è talmente forte, che se ostacolato, da motivi esterni o interni, provoca sempre più spesso pericolosissime tensioni, in ulteriore incremento quelle così alte da diventare addirittura tragedie mortali).

L'unico FENOMENO RELAZIONALE che esiste nella loro società è proprio esattamente lo stesso che la specie umana ha sempre avuto per oltre 5,2 milioni di anni prima delle glaciazioni: IL GRUPPO (di amici).

Ogni individuo della loro specie E' TOTALMENTE LIBERO (in assolutamente tutti i sensi), ANCHE DI FREQUENTARE CHI DESIDERA IN QUEL MOMENTO (addirittura pure a livello sessuale).

Nella loro società, quindi, LA COSIDDETTA "COPPIA" E' INESISTENTE, ma solo l'analogo del nostro GRUPPO DI AMICI.

Inoltre, anche in caso di nascita di un figlio, continua a non esistere assolutamente nessuna figura di cosiddetta "coppia", ma, COME, del resto,

IN TUTTE LE ALTRE SPECIE ANIMALI, ADDIRITTURA NEMMENO ESISTE LA FIGURA DEL PADRE:
il figlio esce ovviamente dall'addome della madre, ed è in stretto rapporto solo con lei, e, siccome nessuno gli va a spiegare che lui è il risultato di un atto sessuale compiuto diversi mesi prima tra sua madre ed un maschio, NESSUN FIGLIO, in natura, sia di mammifero, sia di qualsiasi altra specie al mondo, HA MAI SAPUTO ANCHE LONTANAMENTE DI AVERE UN PADRE; ogni figlio, in natura, sa di avere solo una madre, come del resto è sempre stato anche nella specie umana stessa, prima che, all'inizio con osservazioni e poi con la scienza, si scoprissero gli spermatozoi ed il loro ruolo.

Di conseguenza, nella loro società, ma come praticamente in tutti gli altri mammiferi, e addirittura specie animali in genere, nemmeno ESISTE la figura sociale DELLA COSIDDETTA "FAMIGLIA". (Lo stesso termine "famiglia" deriva da una parola relativamente recente, "famulus" che, tra l'altro, ha un significato orrendo: "SCHIAVO", proprio come se, istintivamente, l'uomo avesse comunque percepito subito il carattere di innaturalità assoluta dei rapporti costretti al suo interno).

Ancora una volta, quindi, l'osservazione attenta ed esatta della NATURA, ci fa capire la dinamica attuale della nostra società, anche a livello relazionale: il sempre più accentuato e veloce fallimento delle relazioni di coppia e familiari, a vantaggio di una sempre crescente RICERCA DEL GRUPPO DI AMICI, DI COMUNITA', DI ECOVILLAGGI,

con una spinta talmente crescente da parte delle nuove, ma addirittura anche delle vecchie generazioni, da ormai risultare SEMPRE PIU' ESPLOSIVA, altro è che il risultato di un RIASSETTO NATURALE GRADUALE DELL'EQUILIBRIO RELAZIONALE INTERPERSONALE all'interno della nostra specie, verso proprio LA SITUAZIONE RELAZIONALE (ILGRUPPO) A NOI SPECIE-SPECIFICA.

L'innesco PROVVISORIO POST-GLACIALE dell'"alimentazione" INADATTA alla nostra specie, come abbiamo visto pure nel capitolo relativo alla paleoantropologia, avendoci portato anche AL LAVORO FORZATO, da cui LA SUDDIVISIONE DEI COMPITI, e, di conseguenza, alla nascita graduale delle tipologie di INSEDIAMENTO PIU' INNATURALI IN ASSOLUTO della nostra specie fino alla CITTA' stessa, ha portato anche ad una TALE DIFFICOLTA' DI VITA, ed una TALE SENSAZIONE DI SOLITUDINE E PAURA, da praticamente COSTRINGERE MOLTE PERSONE anche ad unirsi a cosiddette "coppie" e "famiglie" proprio

PER CERCARE DI FRONTEGGIARE TUTTE QUESTE TIPOLOGIE INNATURALI POST-GLACIALI PROVVISORIE DI OSTACOLI DI VITA,

che, invece, ora, proprio in quanto la SOCIETA' ATTUALE sta in una velocissima FASE DI RISEMPLIFICAZIONE del

proprio assetto e regole (costituendo sempre meno un freno ai nostri NATURALISSIMI ISTINTI DI LIBERTA' ASSOLUTA, tipici specialmente delle specie più evolute), questi ultimi determinano sempre meno una spinta verso modelli relazionali ARTIFICIALMENTE INDOTTI come la cosiddetta "coppia" e "famiglia", a vantaggio, al contrario, proprio del MODELLO RELAZIONALE NATURALE, e, quindi, ISTINTIVO (di un istinto DISINTOSSICATO), IL GRUPPO DI AMICI, sempre più a formare esattamente ECOVILLAGGI e, ancora meglio, SOCIETA' NATURALI in tutto il mondo.

Quindi, ricordiamoci sempre che, se vogliamo instaurare dei RAPPORTI INTERPERSONALI NATURALI, adatti specialmente alla nostra specie, e, di conseguenza,

ASSOLUTAMENTE GLI UNICI CHE POSSONO PORTARCI ALL'ARMONIA CON NOI STESSI E CON GLI ALTRI, E, QUINDI, ALLA FELICITA'

dobbiamo dimenticare per sempre la BRUTTA PAGINA ESCLUSIVISTA e, proprio anche per questo, basata sulla DIPENDENZA reciproca, della cosiddetta "coppia" e "famiglia", per aprire invece i nostri CUORI alla STUPENDA ARMONIA (ovviamente se disintossicati) di UN GRUPPO DI AMICI che si può instaurare specialmente in UN ECOVILLAGGIO e, ancora meglio, SOCIETA' NATURALE.

Scopriremo anche un'altra cosa assolutamente fondamentale: che la disintossicazione aspecifica, attuata, ovviamente, grazie ad una ALIMENTAZIONE SEMPRE PIU' ADATTA ALLA NOSTRA SPECIE, ci farà produrre nel cervello sempre meno neurotrasmettitori catecolaminici, tipici anche dell'attaccamento ossessivo, e di base pure ormonale, ad una sola altra persona, che noi chiamiamo "amore", a vantaggio, invece, sempre più dei NEUROTRASMETTITORI INDOLAMINICI, tipici anche, proprio del tutto al cotrario, di quella STUPENDA ARMONIA CON GLI ALTRI che noi chiamiamo AMICIZIA.

[L'"alimentazione" INADATTA alla nostra specie ha prodotto un altro FATTORE ESTREMAMENTE NEGATIVO, anche per effetto della predetta micidiale IPERPROTEINOSI: L'IPERPRODUZIONE DI ORMONI SESSUALI, che, COSTRINGE LE PERSONE A CERCARE MOLTO PIU' IL SESSO (di quel minimo NATURALE

che invece si prova in fase disintossicata |melariana, o, al limite fruttariana|), ma, per stessa conseguenza, COSTRINGE LE PERSONE A CERCARE MOLTO PIU' LA COSIDDETTA "COPPIA", anche proprio per soddisfare questa innaturalissima DIPENDENZA FISIOLOGICA DAL SESSO

[esattamente per questa "alimentazione" assolutamente innaturale ed iperproteica siamo arrivati ad essere l'unica specie animale al mondo che ha bisogno di sesso tutto l'anno (l'unica eccezione lo usa per motivi deconflittuali), quando, come abbiamo visto, qualsiasi altra specie lo può perseguire solo per POCHISSIMI GIORNI all'anno, normalmente in primavera].

Una volta ristabilita gradualmente, infatti, l'alimentazione adatta alla specie umana, la persona prova un senso di

PIACEVOLISSIMA LIBERAZIONE ANCHE DA QUESTA ULTERIORE SCHIAVITU' DELLA VOGLIA INNATURALE DI SESSO, TROVANDO MASSIMAMENTE PIU' APPAGANTE UN RAPPORTO DI STUPENDA AMICIZIA ANCHE CON L'ALTRO SESSO.

Questo è un altro ennesimo motivo per il quale, in fase DISINTOSSICATA ASPECIFICAMENTE (alimentazione melariana, o, al limite, fruttariana) (piuttosto che una molto più appartata cosiddetta "coppia" |visto anche che una relazione pure sessuale fa scattare automaticamente la iperpatologica gelosia sessuale, sempre di origine neurotrasmettitoriale catecolaminica, che ROVINA INEVITABILMENTE, in più o meno tempo, la massimamente preziosa ARMONIA in un gruppo di amici|), NASCE MOLTO PIU' SPONTANEAMENTE UNO STUPENDO GRUPPO DI AMICI, senza alcun minimo sforzo, ma addirittura con il

MASSIMO PIACERE MAI PROVATO PRIMA RELATIVO ALLA PAROLA COMPAGNIA.

Di conseguenza, se, nella propria vita, si vuole raggiungere almeno un minimo di FELICITA', occorre FIN DA SUBITO SOSTITUIRE nel proprio cervello il concetto COMPLETAMENTE INNATURALE E DEL TUTTO PATOLOGICO di cosiddetta "coppia", (nemmeno con il concetto altrettanto innaturale di "single", visto che, in natura, le specie, specialmente le più evolute, vivono in gruppo |semmai sono "grouple"|) con il concetto

COMPLETAMENTE NATURALE, e, specialmente col tempo, DEL TUTTO ENTUSIASMANTE di GRUPPO DI AMICI; dopo di che PUNTARE SU DI ESSO CON TUTTO IL CUORE, TUTTO L'ENTUSIASMO, E TUTTA L'ALLEGRIA CHE ABBIAMO.]

[una precisazione: in FASE DISINTOSSICATA ASPECIFICAMENTE (alimentazione melariana, o, al limite, fruttariana), pur avendo ridimensionato al minimo naturale la voglia di sesso (al punto che, essendosi, come si è visto nel capitolo relativo alla gerontologia moderna, innescata la fase cellulare G-zero, cioè la fase di potenziale immortalità, possiamo anche ELIMINARE IL SESSO STESSO, avendone, inoltre, innumerevoli vantaggi, dalla salute, ai rapporti interpersonali, all'armonia generale, e, quindi, felicità), nel caso, però, che esso avvenga, avendo sia l'uomo che la donna tutti gli apparati genitali e celebrali completamente disintossicati, e, dunque, PERFETTAMENTE FUNZIONANTI, si ottengono proprio le

massime "prestazioni" sessuali, sia maschili che femminili. In caso di sesso, infatti, specialmente sia l'erezione che la durata sessuale maschile MAI Più SARANNO UN PROBLEMA, visto che l'impotenza fisiologica si ha SOLO ED ESCLUSIVAMENTE SE L'APPARATO SESSUALE E' INTOSSICATO ASPECIFICAMENTE (cioè dall'"alimentazione" inadatta alla propria specie)].

URBANISTICA COMPARATA MODERNA.

La comparazione dei vari MODELLI INSEDIATIVI attuali tra loro, da quelli a struttura più antica e fallimentare (dal villaggio, alla città, alla campagna, alla comune), a quelli a struttura più moderna ed ecologica (ECOVILLAGGIO), e a quelli naturali (SOCIETA' NATURALE), è uno strumento ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE PER EVITARE COMMETTERE ERRORI ANCHE IRREVERSIBILI proprio nel fondare un ECOVILLAGGIO e una SOCIETA' NATURALE

Il termine URBANISTICA, la scienza che studia gli insediamenti umani, è sviluppato sul termine "URBE", che deriva da "orbi"= CERCHIO.

Il CERCHIO è, infatti, la GEOMETRIA INSEDIATIVA NATURALE di base di una qualsiasi specie vivente, animale e vegetale, per una semplice questione di EQUILIBRIO ENERGETICO, che si verifica in un qualsiasi sistema materiale, anche biologico, sempre per il principio fisico della minima energia.

Per questo, e molti altri motivi, conviene sempre tendere a questa impostazione di forma per un insediamento umano, che riguarda anche gli aspetti di FUNZIONALITA' PRATICA E PSICOLOGICA, personale e sociale.

L'URBANISTICA COMPARATA è la scienza che studia gli insediamenti umani tramite la comparazione dei relativi diversi modelli insediativi.

Il suo assetto scientifico MODERNO, basato fondamentalmente su TUTTA LA predetta OLOSCIENZA, consente anche di distinguere finalmente le CAUSE dagli EFFETTI, in tutti gli aspetti del fenomeno insediativo.

PER EVITARE I CLASSICI ERRORI ENORMI, che hanno portato al COMPLETO FALLIMENTO DI ADDIRITTURA OLTRE IL 99% DI TUTTI I TENTATIVI DI "ECOVILLAGGI" SULL'INTERO PIANETA,

occorre dare almeno delle basi essenziali di scienza degli insediamenti umani comparata moderna, ovvero di, appunto, URBANISTICA COMPARATA MODERNA, relativamente proprio ai MODELLI INSEDIATIVI principali nel mondo.

In tutto il pianeta, le tipologie principali di INSEDIAMENTO UMANO, sono 6: quattro a STRUTTURA PRIMITIVA POST-GLACIALE [villaggio, (paese o) città , (vita in) campagna, (la) comune], uno a STRUTTURA ANTROPO-COMPATIBILE (cioè, compatibile con la specie umana),

l'ECOVILLAGGIO, e uno a STRUTTURA NATURALE (cioè, finalmente, ADATTA ALLA SPECIE UMANA),

la SOCIETA' NATURALE

Il termine INSEDIAMENTO deriva proprio da "sedia", ed indica la

SISTEMAZIONE DI UN ESSERE VIVENTE IN UN DETERMINATO AMBIENTE.

Nel caso degli INSEDIAMENTI UMANI, le tipologie principali sono 6; vediamo I PARAMETRI DI BASE di ognuna di esse, cominciando sempre dall' UNICO PARAMETRO CAUSALE, l' ALIMENTAZIONE (condotta dai suoi abitanti), (come abbiamo già visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna)
CHE DETERMINA DEL TUTTO NECESSARIAMENTE ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI PARAMETRI, I PARAMETRI-EFFETTO, DELLA STRUTTURA GENERALE DELL'INSEDIAMENTO:

1) **Villaggio** Insediamento umano A STRUTTURA PRIMITIVA POST-GLACIALE.

   UNICO PARAMETRO CAUSALE:

- ALIMENTAZIONE (e sistema di produzione alimentare): INADATTA ALLA SPECIE UMANA, ancora modello "alimentare" PRIMITIVO POST-GLACIALE, cioè da onnariano a vegan-crudista. PARAMETRI-EFFETTO:

- Attività: (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, costringe alla suddivisione dei compiti, che porta l'attività umana ad essere) basata sul LAVORO COLLETTIVO CENTRALIZZATO (detto "produzione centralizzata" del villaggio);

- assetto abitativo: UNITA' ABITATIVE DI TERRA (o analoghi), (veri e propri CONTAINER DI TERRA, detti "capanne"),(l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina una quasi totale distruzione delle foreste, e, quindi, anche di legno edilizio);

- Abitanti: numero ECCESSIVO (rispetto a quello adatto alla specie umana), (dovuto alla costrizione della suddivisione dei compiti: mediamente intorno ad un CENTINAIO);

- grado di libertà: NON AUTOSUFFICIENTE (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina anche ESTREMI bisogni indotti, i quali costringono pure al COMMERCIO ESTERNO);

- impatto ambientale: NON ECOLOGICO e NON SOSTENIBILE (dovuto causalmente, come predetto, all'"ALIMENTAZIONE" ASPECIFICA dei suoi abitanti).

  Il villaggio (diffuso, ancora oggi, specialmente nel sud del mondo) è il modello insediativo post-glaciale più antico [dal villaggio cavernicolo al villaggio di capanne (e simili)], altro è altro che la VERSIONE EMBRIONALE DELLA CITTA' MODERNA.

  Nasce gradualmente 1,8 milioni di anni fa (prima a livello nomade, poi, con impostazione sempre più stanziale, fino alla stanzialità più definitiva dopo i 10.000 anni fa) per effetto della prima glaciazione, che, costringendo la specie umana a "nutrirsi" in modo provvisoriamente diverso (come meglio visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna), ne modificò, di conseguenza, anche la struttura insediativa, che, dal semplice ecosistema naturale specie-specifico per la specie umana (la nostra nicchia ecologica perfetta, la radura arboricola specie-specifica, dove la specie umana ha vissuto in maniera del tutto felice per ben 5,2 milioni di anni), diventò una impostazione assolutamente di SOPRAVVIVENZA DISPERATA [plasmata del tutto esclusivamente proprio sulle diverse modalità di procacciamento e lavorazione, ed i relativi effetti estremamente negativi, di tutti quegli elementi ecosistemici aspecifici (usati come "cibo")], denominata villaggio, e divenuta poi, semplicemente per effetto della sovrappopolazione ma mantenendo sempre tutta la sua impostazione di mera SOPRAVVIVENZA quasi altrettanto disperata, la cosiddetta città.

  Quindi, anche se su scala ovviamante più ridotta, il villaggio presenta, però, già assolutamente TUTTI I DIFETTI FONDAMENTALI DELLA CITTA',

  dalla elevata impronta ecologica (in rapporto alla superficie residenziale, dovuto, come elemento causale, alla coltivazione di una notevole quantità di "cibi" aspecifici), all'elevato consumo di risorse pro-capite (dovuto specialmente all'allevamento animale, oltre che all'altra produzione "alimentare" aspecifica), e, di conseguenza, e' la INSOSTENIBILITA'.

2) **(paese o) città:** Insediamento umano A STRUTTURA PRIMITIVA POST-GLACIALE. UNICO PARAMETRO CAUSALE:

- ALIMENTAZIONE (e sistema di produzione alimentare): INADATTA ALLA SPECIE UMANA, ancora modello "alimentare" PRIMITIVO POST-GLACIALE, cioè da onnariano a vegan-crudista.

  PARAMETRI-EFFETTO:

- Attività: (l'"alimentazione" aspecifica,come predetto, costringe alla suddivisione dei compiti, che porta l'attività umana ad essere) basata sul LAVORO COLLETTIVO CENTRALIZZATO [detto "produzione aziendale" ("privata o pubblica")];

- assetto abitativo: UNITA' ABITATIVE DI CEMENTO (o altra muratura), (veri e propri CONTAINER DI CEMENTO, detti "appartamenti", posizionati letteralmente l'uno sull'altro, a formare veri e propri IPER-CONTAINER DI CEMENTO, detti "palazzi"), (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina una quasi totale distruzione delle foreste, e, quindi, anche di legno edilizio);

- Abitanti: numero enormemente ECCESSIVO (rispetto a quello adatto alla specie umana), [dovuto alla costrizione della enorme suddivisione dei compiti |l'enormità dipende dal tentativo di leggera diminuzione dello sforzo|: mediamente da alcune MIGLIAIA (paese) ad anche MILIONI (città)];

- grado di libertà: NON AUTOSUFFICIENTE (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina anche ESTREMI bisogni indotti, i quali costringono pure al COMMERCIO ESTERNO);

- impatto ambientale: NON ECOLOGICO e NON SOSTENIBILE (dovuto causalmente, come predetto, all'"ALIMENTAZIONE" ASPECIFICA dei suoi abitanti).

La città (o il paese) è ancora un modello insediativo A STRUTTURA PRIMITIVA POST-GLACIALE, e, più esattamente, è altro che, a cominciare dalla stessa impostazione di base, (a partire da alcune migliaia di anni fa) LA VERSIONE RECENTE DEL VILLAGGIO PRIMITIVO CAVERNICOLO in vera e propria contingenza DISPERATA postglaciale, MA CON L'AGGIUNTA ULTERIORE (ancora più recente, di alcune centinaia di anni fa) DI TUTTE LE CONSEGUENZE NEGATIVE DOVUTE ALL'ESTREMA SOVRAPPOPOLAZIONE MONDIALE, fino, addirittura, alla più emergenziale totale CRISI DEMOGRAFICA PLANETARIA odierna.

Anche dal punto di vista della sostenibilità, di conseguenza, LA CITTA' E' L'INSEDIAMENTO UMANO A PIU' PRIMITIVO IN ASSOLUTO, pure in quanto, perfino la più "avanzata" di esse, determina, proprio a livello pro-capite,

il MASSIMO CONSUMO di energia,
il MASSIMO CONSUMO di risorse naturali (alimentari, idriche, minerarie, di impronta ecologica, ecc.),

oltre che la MASSIMA INSOSTENIBILITA' ambientale, sociale, economica, politica, ecc., sia locale che globale, RISPETTO A TUTTI GLI ALTRI MODELLI INSEDIATIVI.

Infatti, se tutti gli OLTRE 7 MILIARDI di abitanti del pianeta, VIVESSERO NEL MODELLO INSEDIATIVO CITTA' (anche il più "evoluto"), a conti fatti, solamente in termini di risorse minime indispensabili, NEMMENO BASTEREBBERO 4 PIANETI PER SOSTENERLI.

Il modello insediativo CITTA' è, dunque, TOTALMENTE INSOSTENIBILE per l'ecosistema globale. Dunque, a rigore scientifico, proprio come stesso modello insediativo, LA CITTA' E' GIA' PERFETTAMENTE FALLITA.
Anche dal punto di vista STRUTTURALE ABITATIVO, è l'insediamento umano PIU' PRIMITIVO IN ASSOLUTO, pure perchè essendo, come dicevamo, esattamente quello che deriva del tutto direttamente dalla impostazione postglaciale disperata proprio CAVERNICOLA, le sue ABITAZIONI, per esempio, sono, infatti, niente altro che del tutto CAVERNE di pochissimo più "moderne", con struttura ANCORA IN MURATURA (minerale) (proprio esattamente come le CAVERNE),

quindi (come si dice in fisica) estremamente TRASPARENTI AL CALORE (cioè con un coefficiente di isolamento termico quasi nullo, ad esempio, rispetto, al legno), e, per questo, RICHIEDENTI ELEVATISSIME QUANTITA' DI ENERGIA TERMICA per riscaldarle d'inverno, E DI ENERGIA ELETTRICA per raffreddarle d'estate.

La struttura in muratura è, inoltre, LA MENO ANTISISMICA CHE POSSA ESISTERE, proprio itrinsecamente, in quanto una scossa di terremoto, per quanto piccola possa essere, lascia sempre (data proprio la sua rigidità addirittura molecolare)

NUMEROSISSIME E PERICOLOSISSIME MICRO-FRATTURE, anche in quelle più "antisismiche" in assoluto, le quali POSSONO SEMPRE CROLLARE (a seconda del numero di scosse subite, tipo i frequenti sciami sismici, addirittura di migliaia di scosse in pochi mesi, e dell'intensità e tipologia delle scosse stesse) proprio in quanto la MURATURA (che non è altro che un MATERIALE TERROSO, cioè un banale tipo di TERRA DISPERATAMENTE AGGREGATO), una volta scosso,

TENDE SEMPRE A TORNARE ALLA SUA STRUTTURA ORIGINARIA,

che la natura gli aveva dato, cioè A SGRETOLARSI verso l'unica sua composizione a minima energia (tutti i sistemi materiali dell'intero universo tendono sempre assolutamente ed enormemente alla minima energia) che quel tipo di materiale conosce: LA TERRA STESSA (perfettamente quella da cui deriva).

Come hanno PIU' VOLTE DIMOSTRATO (anche sui più potenti SIMULATORI SISMICI) proprio nelle nazioni scientificamente e tecnicamente più evolute nel campo antisismico (Giappone, Stati Uniti, ecc.),

IL MATERIALE PIU' ANTI-SISMICO IN ASSOLUTO E' PROPRIO ESATTAMENTE quello addirittura anche più ecologico esistente: IL LEGNO (ovviamente massello).

Per capirlo nella maniera più semplice e diretta basta dare una martellata prima ad un pezzo di cemento (anche il più resistente ed "antisismico" in assoluto), che prima SI SPACCHERA' E POI SI SGRETOLERA' miseramente A TORNARE TERRA, poi ad un pezzo di legno (massello, con spessore da costruzione), sul quale il martello semplicemente RIMBALZERA' lasciando la sua struttura ASSOLUTAMENTE INTATTA.

Sui SIMULATORI SISMICI, anche giapponesi, simulando proprio SCOSSE DI TERREMOTO anche di intensità molto superiore a quelle PIU' POTENTI MAI AVVENUTE persino in Giappone (oltre addirittura l'ottavo grado

Ricther), che hanno completamente distrutto anche moltissime delle più modernamente "antisismiche" case in muratura,

LE CASE IN LEGNO, vista anche l'enorme ELASTICITA' MOLECOLARE intrinseca al legno stesso,

SONO RIMASTE ASSOLUTAMENTE INTATTE, MA ADDIRITTURA SENZA LASCIARE ALCUN SEGNO DI NEMMENO MICROFRATTURA.

LE CASE IN LEGNO SONO LE PIU' PERFETTAMENTE ANTI-SISMICHE, MODERNE, e MIGLIORI SOTTO TUTTI I PUNTI DI VISTA (insieme all'igloo solare, descritto in questo testo)

[anche dal punto di vista della SALUBRITA', ELETTROMAGNETISMO DEL MATERIALE, TERMO-ISOLAMENTO, TRASPIRABILITA', IMPATTO SOCIALE ED AMBIENTALE (la muratura è una risorsa non rinnovabile, estratta da cave che distruggono definitivamente la conformazione naturale del territorio, mentre il legno è una risorsa del tutto rinnovabile),

IMPATTO ETICO (la muratura è estratta da cave che uccidono prima le piante e la fauna che ci viveva sopra e dentro, mentre il legno, col taglio razionalizzato moderno, è, nella fascia extratropicale, il compromesso minore in assoluto, in quanto lascia anche quasi tutte le piante, a cominciare da quelle più giovani; l'ideale a livello etico sarebbe il LEGNO RICICLATO |per gli esterni solo massello| che ormai si trova anche in commercio), ecc.], e, di conseguenza, anche CAPACI DI SALVARE MILIONI DI VITE UMANE ALL'ANNO, che esistono sull'intero pianeta.

Si potrebbe andare avanti all'infinito sulla descrizione di ogni singolo dettaglio della ESTREMA PRIMITIVITA' del modello insediativo CITTA', come:

- il numero IPER-PATOLOGICO di abitanti (come abiamo visto, la specie umana è neuronalmente programmata per una rete di rapporti interpersonali intorno ad una DECINA di persone, oltre la quale scatta una PERDITA DI EQUILIBRIO PSICOLOGICO, che porta, anche per stessa autodifesa cerebrale inconscia, alla non conoscenza NEMMENO DEL VICINO DI CASA, fino ad una sensazione di SOLITUDINE PROFONDA, che si prova ANCHE SE SI STA IMMERSI IN UNA ENORME FOLLA DI PERSONE);

- ogni abitante è ENORMEMENTE DANNEGGIATO da un ambiente ad alta tossicità anche elettromagnetica, dovuta pure dall'essere

  COSTANTEMENTE CIRCONDATO DA MATERIALI FORTEMENTE TOSSICI, come CEMENTO, ASFALTO, LAMIERE DELLE MACCHINE, ecc.

  (anche OGNI materiale emette CONTINUAMENTE onde elettromagnetiche diverse, e la specie umana è adatta SOLO ED ESCLUSIVAMENTE alle onde elettromagnetiche emesse dal materiale LEGNO);

- il traffico IMPOSSIBILE DA TOGLIERE, per il semplicissimo motivo che è creato dal modello stesso di lavoro COLLETTIVO CENTRALIZZATO, che è il motivo stesso per cui la città nasce (sempre per effetto primario del SISTEMA DI PRODUZIONE "ALIMENTARE" INADATTO ALLA NOSTRA SPECIE);

- l'esistenza stessa del conetto di lavoro OBBLIGATORIO (anche solo per mangiare, sempre, come abbiamo visto, dovuto, come elemento causale di base, all'"ALIMENTAZIONE" INADATTA ALLA NOSTRA SPECIE);

- l'organizzazione del tutto PRIMITIVA ed addirittura CAVERNICOLA del lavoro (COLLETTIVO CENTRALIZZATO) che TOGLIE AD OGNI INDIVIDUO della specie umana la quantità allucinante di, mediamente, BEN 11 MESI SUI 12 che la natura gli ha dato, proprio esattamente (ancora oggi) NEGLI ANNI PIU' BELLI IN ASSOLUTO della vita, e lasciando ogni individuo della specie "libero" di andare in pensione

  SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DOPO CHE E' STATO TOTALMENTE LETTERALMENTE SPREMUTO DI TUTTE LE SUE ENERGIE PIU' BELLE E VITALI, e, ormai pieno di rughe e di acciacchi artificiali ed indotti, non potrà mai più godersi la vita;

- ecc.

3) **(vita in) campagna Insediamento umano** A STRUTTURA PRIMITIVA POST-GLACIALE.

UNICO PARAMETRO CAUSALE:

- ALIMENTAZIONE (e sistema di produzione alimentare): INADATTA ALLA SPECIE UMANA, ancora modello "alimentare" PRIMITIVO POST-GLACIALE, cioè da onnariano a vegan-crudista.

  PARAMETRI-EFFETTO:

- Attività: (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, costringe alla suddivisione dei compiti, che porta l'attività umana ad essere) basata sul LAVORO COLLETTIVO CENTRALIZZATO [detto "produzione aziendale"];

- assetto abitativo: UNITA' ABITATIVA DI CEMENTO (o altra muratura), (vero e proprio CONTAINER DI CEMENTO, detto "palazzina"), (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina una quasi totale distruzione delle foreste, e, quindi, anche di legno edilizio);

- Abitanti: numero ECCESSIVAMENTE ridotto (rispetto a quello adatto alla specie umana), (dovuto all'estrema reazione contraria rispetto alla città: mediamente un UNICO nucleo familiare);

- grado di libertà: NON AUTOSUFFICIENTE (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina anche ESTREMI bisogni indotti, i quali costringono pure al COMMERCIO ESTERNO);

- impatto ambientale: NON ECOLOGICO e NON SOSTENIBILE (dovuto causalmente, come predetto, all'"ALIMENTAZIONE" ASPECIFICA dei suoi abitanti). La (vita in) campagna (l'insediamento rurale) altro èche il PRIMO principale TENTATIVO storico (a partire, quindi, da alcune migliaia di anni fa) DI SUPERAMENTO del modello insediativo più concentrato ed innaturale in assoluto che è la città.

  Di conseguenza, però, ESASPERA AL CONTRARIO LA DIMENSIONE SEMPLICEMENTE NUMERICA di abitanti rispetto alla città, LASCIANDO, inoltre, (come si nota dalla sua stessa suddetta definizione urbanistica) assolutamente intatte

  QUASI TUTTE LE CARATTERISTICHE NEGATIVE FONDAMENTALI DELLA CITTA' STESSA,

  anche se con sfumature e forme diverse, e CREANDONE DELLE ALTRE DIFFERENZIATE.

  Anch'esso è, quindi, UN MODELLO INSEDIATIVO DEL TUTTO PRIMITIVO, anche in quanto determina FORTISSIMA INSOSTENIBILITA' territoriale, sociale, ed economica, sia su scala locale che globale.

  Essendo, tra l'altro, la specie umana UNA SPECIE SOCIALE, la SOLITUDINE della campagna E' DEL TUTTO INNATURALE per la nostra struttura psicologica, il che, col tempo, RENDE PROFONDAMENTE INFELICI, a volte inconsapevolmente o incosciamente, anche le persone col carattere più solitario in assoluto.

4) **(la) comune** Insediamento umano A STRUTTURA PRIMITIVA POST-GLACIALE.

UNICO PARAMETRO CAUSALE:

- ALIMENTAZIONE (e sistema di produzione alimentare): INADATTA ALLA SPECIE UMANA, ancora modello "alimentare" PRIMITIVO POST-GLACIALE, cioè da onnariano a vegan-crudista.
  PARAMETRI-EFFETTO:

- Attività: (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, costringe alla suddivisione dei compiti, che porta l'attività umana ad essere) basata sul LAVORO COLLETTIVO CENTRALIZZATO (detto "produzione centralizzata");

- assetto abitativo: una unica UNITA' ABITATIVA DI CEMENTO (o altra muratura), (solito vero e proprio CONTAINER DI CEMENTO, detto "palazzina", dove ognuno vive in una stanza), (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina una quasi totale distruzione delle foreste, e, quindi, anche di legno edilizio);

- Abitanti: numero ECCESSIVO (rispetto a quello adatto alla specie umana), (dovuto alla costrizione della suddivisione dei compiti: mediamente ALCUNE DECINE);
- grado di libertà: NON AUTOSUFFICIENTE (l'"alimentazione" aspecifica, come predetto, determina anche ESTREMI bisogni indotti, i quali costringono pure al COMMERCIO ESTERNO);

- impatto ambientale: NON ECOLOGICO e NON SOSTENIBILE (dovuto causalmente, come predetto, all'"ALIMENTAZIONE" ASPECIFICA dei suoi abitanti).

La comune è il SECONDO principale TENTATIVO storico (a partire principalmente da poco dopo la rivoluzione industriale, intorno ai primi dell'ottocento) DI SUPERAMENTO del modello insediativo più concentrato ed innaturale in assoluto che è la città.

Differentemente dalla (vita in) campagna, rispetto alla città, il numero di abitanti, ma, mancando specialmente di esperienza pratica in tal senso,LASCIA, ancora una volta, (come si nota, di nuovo, dalla sua stessa suddetta definizione urbanistica), assolutamente intatte

QUASI TUTTE LE CARATTERISTICHE NEGATIVE FONDAMENTALI DELLA CITTA' STESSA,

sempre anche se con sfumature e forme diverse, e NE CREA, ancora, DELLE ALTRE DIFFERENZIATE.

La COMUNE, dunque, ancora una volta, E' UN MODELLO INSEDIATIVO ASSOLUTAMENTE INNATURALE per la specie umana, perchè mantiene la STRUTTURA DEL TUTTO TIPICA DELLA PRIMITIVITA' DISPERATA POST-GLACIALE, fondamentalmente

ASSOLUTAMENTE IDENTICA A QUELLA DISASTROSA DELLA CITTA'

(si nota anche comparando le loro stesse suddette definizioni urbanistiche, QUASI TOTALMENTE COINCIDENTI), ma anche perchè inserisce all'interno del suo modello insediativo stesso, dei NUOVI ELEMENTI ENORMEMENTE NEGATIVI, che, di fatto, hanno portato e portano, sia storicamente (come ben documentato sui moltissimi relativi testi) che recentemente, che addirittura attualmente,

AL FALLIMENTO TOTALE E PERSINO DEFINITIVO DI OLTRE IL 99% DI TUTTE LE COMUNI MAI ESISTITE SULL'INTERO PIANETA.

La causa fondamentale del COMPLETO FALLIMENTO DEL MODELLO INSEDIATIVO DELLA COMUNE, è insita nel semplicissimo fatto che la sua STRUTTURA di base COPIA il modello insediativo umano POST-GLACIALE (del tutto innaturale per la specie umana, ma addirittura disastroso per l'ecosistema umano, massacrante per le persone e disperato psicologicamente, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna),

invece di "copiare" il modello insediativo umano pre-glaciale, che è assolutamente l'unico naturale per la specie umana, e, quindi, l'unico perfettamente adatto a soddisfare tutte le innumerevoli, profondissime e ipercomplesse esigenze (salutistiche, interpersonali, di attività, ecc.), sia a livello fisico che psichico, di ognuna delle singole persone componenti dell'insediamento (cosa che, come vedremo, attua, invece, perfettamente solo ed esclusivamente l'ECOVILLAGGIO, che ha una struttura di base, difatti, persino DEL TUTTO OPPOSTA A QUELLA DELLA COMUNE).

Infatti, il modo più veloce in assoluto per far FALLIRE un modello insediativo, è proprio esattamente quello di "copiare" il fallimento che avvenne nell'intera specie umana dopo la prima grande glaciazione, 1,8 miloni di anni fa: cioè, ADOTTARE (anche se provvisoriamente) UN MODELLO "ALIMENTARE" INNATURALE per la specie umana stessa.

Come abbiamo visto prima (anche per la predetta stessa definizione scientifica esatta di "vita", che significa perfettamente "nutrizione"), il MODELLO ALIMENTARE NATURALE di una qualsiasi specie animale, è esattamente il parametro biologico ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE, che

DETTA TOTALMENTE QUALSIASI ALTRO DETTAGLIO VITALE FONDAMENTALE,

sia come parametro INTERNO alla specie (da quello fisiologico a quello salutistico, a quello della intera fisiologia molecolare psichica, e, quindi, comportamentale, ecc.), sia come parametro ESTERNO alla specie stessa (il tipo di ALIMENTAZIONE DETTA PERFETTAMENTE anche IL TIPO ESATTO DI ECOSISTEMA esterno in cui bisogna vivere per trovare proprio quell'ALIMENTO SPECIE-SPECIFICO, il quale come tutti gli elementi ecosistemici specifici, ha una filogenetica, sviluppo e addirittura presenza in minima salute, solo ed esclusivamente con quadro parametrico totale, fisico, chimico, atmosferico, climatico, vegetale e biologico generale, relativo ad una

PARTICOLARISSIMA TIPOLOGIA ECOSISTEMICA, ed ASSOLUTAMENTE NESSUN ALTRA). CAMBIARE, ANCHE DI POCHISSIMO, L'ALIMENTAZIONE ADATTA AD UNA SPECIE ANIMALE, determina delle CONSEGUENZE ADDIRITTURA DISASTROSE SU ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI ASPETTI DELLA SUA INTERA VITA

compreso, come abbiamo visto,

LA DISTRUZIONE TOTALE DELLA STRUTTURA FONDAMENTALE STESSA DEL SUO ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO

e, dunque, la DISTRUZIONE PIU' TOTALE proprio della TOTALMENTE ESSENZIALE FUNZIONALITA' DI RITORNO (feed-back positivo) di quest'ultimo, sia FISICA che PSICHICA, su OGNI INDIVIDUO che vive al suo interno.

Dunque, un qualsiasi gruppo di persone, come può adottare un modello alimentare inadatto alla propria specie, e pretendere che il conseguente modello insediativo, che si plasma, come abbiamo visto, proprio su di esso, sia adatto alla propria specie, e, quindi, mai fallisce.

In altri termini, sciegliere un modello "alimentare" INADATTO alla propria specie, e, quindi, FALLIMENTARE, determinerà NECESSARIAMENTE un conseguente MODELLO INSEDIATIVO FALLIMENTARE.
SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UN MODELLO ALIMENTARE ADATTO ALLA PROPRIA SPECIE, e, quindi, DI SUCCESSO, può determinare UN MODELLO INSEDIATIVO DI SUCCESSO.

Ora, mentre 1,8 milioni di anni fa la specie umana fu del tutto forzata e costretta (dal disastro ecosistemico totale post-glaciale) a modificare provvisoriamente la sua alimentazione da quella naturale, DISTRUGGENDO così tutti gli altri aspetti della sua vita, oggi, a glaciazione terminata,

NOI POSSIAMO, FINALMENTE, SCEGLIERE IL NOSTRO MODELLO ALIMENTARE NATURALE (cioè, quello ADATTO ALLA NOSTRA SPECIE)

e, subito dopo, trasformarlo in

SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE, che sarà proprio esattamente LA STRUTTURA PORTANTE DI TUTTI GLI ASPETTI (salutistico, organizzativo, residenziale, lavorativo, economico, comportamentale, interpersonale, ambientale, ecc.) DEL CONSEGUENTE MODELLO INSEDIATIVO, che, sempre per gli assolutamente essenziali motivi biofisici di minima energia,

SI PLASMERA' AUTOMATICAMENTE PROPRIO PRECISAMENTE SU DI ESSO.

LA COMUNE FALLISCE PRIMA ANCORA DI INIZIARE, PROPRIO NELL'ESATTO MOMENTO IN CUI SCEGLIE IL MODELLO "ALIMENTARE" INADATTO ALLA SPECIE UMANA.

(Ciò, ovviamente, vale anche per tutti i precedenti modelli insediativi post-glaciali citati, che, infatti, sono TUTTI FALLITI PER QUESTO STESSO IDENTICO MOTIVO ESSENZIALE, anche in quanto è proprio per questo MOTIVO ESSENZIALE che sono TUTTI assolutamente ESTREMAMENTE NON SOSTENIBILI, pure su scala globale, come specialmente la città).

La comune, anche per motivi pratici, tende normalmente al modello "alimentare" vegan, con il minimo possibile di prodotti animali. Come abbiamo già visto, anche l'"alimentazione" vegan è DEL TUTTO OPPOSTA E MASSACRANTE rispetto al modello alimentare specie-specifico per la specie umana, determinando pure un SISTEMA DI PRODUZIONE "ALIMENTARE" ESTREMAMENTE PIU' COMPLESSO di quello adatto alla nostra specie,

FACENDO CONFLUIRE, come effetto diretto ed indiretto, tutto il restante CONSEGUENTE MODELLO INSEDIATIVO, che, come predetto, SI PLASMA AUTOMATICAMENTE SU DI ESSO, nelle TOTALI SOLITE DINAMICHE (che vedremo meglio più avanti) salutistiche, organizzative, residenziali, lavorative, economiche, comportamentali, interpersonali, ambientali, ecc.,

VERSO L'INEVITABILE FALLIMENTO [tutto ciò che và contro il CICLO H, e, quindi, contro il principio stesso della MINIMA ENERGIA, come per tutto il resto dell'intero universo, E' DESTINATO VELOCISSIMAMENTE A DISGREGARSI, e, dunque, A FALLIRE;

fallimento che, nel caso della comune, è praticamente sempre dato dal litigio, per motivi diversi che vedremo più avanti, tra le sue persone componenti, LITIGIO che, nel campo psichico, corrisponde perfettamente alla DISGREGAZIONE MOLECOLARE che avviene per TUTTI I SISTEMI MATERIALI (compreso quello insediativo)

CHE OSANO, ANCHE MINIMAMENTE, STRUTTURARSI CONTRO IL PRINCIPIO FISICO DELLA MINIMA ENERGIA].

Siccome, per un individuo, E' SEMPLICEMENTE IMPOSSIBILE COMBATTERE CONTRO I PRINCIPI STESSI DELLA FISICA, CHE FANNO FUNZIONARE PERSINO ANCHE LUI, si consiglia di capirli umilmente e profondamente, e, poi, immediatamente seguirli (con le loro suddette derivazioni) alla lettera, prima che

OLTRE A DISGREGARE VELOCISSIMAMENTE IL NOSTRO MODELLO INSEDIATIVO, DISGREGHI ANCORA PIU' VELOCEMENTE ANCHE NOI.

(Tutto ciò spiega anche meglio la differenza e la relazione tra la CARATTERISTICA CAUSALE e le caratteristiche effetto di ogni modello insediativo). Gli altri due motivi principali di fallimento della comune, sempre, comunque, dirette conseguenze del primo suddetto, li vedremo più avanti.

5) **ECOVILLAGGIO** Insediamento umano a STRUTTURA ANTROPO-COMPATIBILE (cioè compatibile con la specie umana, in altri termini, QUASI NATURALE).

UNICO PARAMETRO CAUSALE:

- ALIMENTAZIONE (e sistema di produzione alimentare): modello alimentare QUASI NATURALE, cioè MELARIANO (o, al limite, fruttariano sostenibile);

PARAMETRI-EFFETTO:

- Attività: (l'alimentazione quasi naturale, come predetto, innesca la quasi autoproduzione trofica ecosistemica, la quale consente che l'attività umana sia) basata sul RELAX, svago e divertimento [la (facoltativa) quasi nulla ATTIVITA' lavorativa è PERSONALE (mai collettiva, solo all'interno della propria area personale), e di AUTOPRODUZIONE (sempre personale, specie alimentare)];

- assetto abitativo: UNITA' ABITATIVE DI LEGNO [VILLETTE ECOLOGICHE (una per ogni persona o, al limite, famiglia), ognuna sulla propria AREA PERSONALE (giardino con frutteto); le aree personali sono disposte attorno ad un unica, più grande, AREA COMUNE, sulla quale è presente una SALA COMUNE (di legno o, meglio, a igloo solare, descritto nel paragrafo relativo all'ev-sn), dedicate allo svago e divertimento collettivo], (l'alimentazione quasi naturale, come predetto, determina un quasi nullo impatto sulle foreste, e, quindi, anche sul legno edilizio);

- Abitanti: numero sociale NATURALE (adatto alla specie umana), (consentito dalla quasi autoproduzione trofica ecosistemica: mediamente UNA DECINA);

- grado di libertà: QUASI AUTOSUFFICIENTE (l'alimentazione quasi naturale, come predetto, determina una assenza QUASI TOTALE di bisogni indotti, consentendo la quasi autosufficienza dall'esterno);

- impatto ambientale: ECOLOGICO e SOSTENIBILE (cioè QUASI NULLO), (dovuto causalmente, come predetto, all'ALIMENTAZIONE QUASI NATURALE dei suoi abitanti).

Visto che il modello insediativo naturale (e quindi perfetto) per la specie umana è il suo stesso ecosistema specie-specifico, cioè, il predetto ECOSISTEMA ANTROPICO (SOCIETA' NATURALE) [radura arborea di specie Malus (meli) e specie umana], è anche banalmente ovvio che, nella transizione urbanistica verso la società naturale, LA COSA CHE SI PUO' AVVICINARE DI PIU' AL MODELLO INSEDIATIVO "ECO-SISTEMA" E' PROPRIO IL MODELLO INSEDIATIVO "ECO-VILLAGGIO".

Infatti, ferma restando, tra i due termini, la parola "ECO", tra la parola "SISTEMA" e la parola "VILLAGGIO" la DIFFERENZA è ormai biologicamente QUASI NULLA,

visto che, la parola "sistema" si riferisce all'insieme interconnesso delle 3 componenti, minerale, vegetale ed animale, che sono quasi perfettamente presenti anche nell'ecovillaggio, a cui, però, quest'ultimo aggiunge L'UNICO ELEMENTO FONDAMENTALE DI DIFFERENZA: come dice il termine stesso ("VILLAGGIO" deriva proprio da "INSIEME DI VILLE"), le "VILLETTE" [(compresa la sala comune) che, però, occupando una percentuale quasi nulla del terreno su cui insiste lo stesso intero ecovillaggio, costituiscono una differenza, di conseguenza, quasi nulla].

Proprio per il motivo che LE VILLETTE costituiscono L'UNICA DIFFERENZA FONDAMENTALE (tra ecovillaggio e società naturale) occorre farle nel modo più specie-specifico possibile, quindi, anche il più SALUTARE possibile per il nostro organismo, e, dunque, DELLO STESSO MATERIALE DELLE STRUTTURE ARBOREE CHE CIRCONDANO IL NOSTRO CORPO NELL'ECOSISTEMA NATURALE DELLA NOSTRA SPECIE, e, cioè, DI LEGNO.

[Ovviamente proveniente solo dalla pratica del taglio razionalizzato (ormai sempre più diffusa nel mondo), in cui,

cioè, si prelevano solo gli alberi più vecchi, che sono anche quelli ideali da costruzione, lasciando sempre i più giovani, e ripiantandone altri al posto di quelli tolti, lasciando così i boschi e le foreste di raccolta praticamente intatte].

Ovviamente, come predetto, anche per la massima funzionalità psico-fisica dell'insediamento stesso, l'ecovillaggio deve essere il più simile possibile al nostro suddetto ECOSISTEMA NATURALE, e, quindi, con l'unica COMPONENTE ARTIFICIALE delle villette (compresa la sala comune)

RIDOTTA AL MINIMO POSSIBILE

(volendo, almeno nei mesi caldi che lo consentono, si può vivere e dormire all'aperto, fuori dell'unità abitativa, magari nella speranza che continui la tropicalizzazione anche del clima extratropicale, iniziata, comunque, ormai da decenni per cause naturali, che ci consenta sempre più facilmente di terminare il riavanzamento verso la società naturale globale).

Così come, in natura, L'UNICA FONTE DI ENERGIA primaria è il SOLE, l'unica tecnologia di produzione energetica (elettrica, idrotermica, aerotermica, ecc.) (anche per il motivo appena detto è la più EVOLUTA, specialmente proprio in termini di minima energia) nell'ecovillaggio deve essere

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LA TECNOLOGIA SOLARE.

Per quanto riguarda i dettagli principali delle predette caratteristiche dell'ecovillaggio, sono aggiuntivamente esposti prima e dopo il presente paragrafo, anche in maniera comparativa.

6) **SOCIETA' NATURALE** Insediamento umano a STRUTTURA NATURALE (cioè, finalmente, ADATTA ALLA SPECIE UMANA): l'ECOSISTEMA ANTROPICO.

UNICO PARAMETRO CAUSALE:

- ALIMENTAZIONE (e sistema di produzione alimentare): modello alimentare NATURALE, cioè, per ognuno, MELARIANO (e poi RESPIRARIANO);

PARAMETRI-EFFETTO:

- Attività: (l'alimentazione naturale, come predetto, innesca l'autoproduzione trofica ecosistemica, la quale consente che l'attività umana sia, finalmente, la) VITA NATURALE (solo RELAX e DIVERTIMENTO).
- assetto abitativo: ALBERI (MELI) (la specie umana acquista il suo ASSETTO ABITATIVO NATURALE, la VITA spontanea tra gli alberi);
- Abitanti: numero e assetto sociale NATURALI (adatti alla specie umana), (consentiti dall'autoproduzione trofica ecosistemica: il numero totale è proporzionale all'estensione del territorio relativo, e, nella popolazione, si formano, per effetto ISTINTIVO, GRUPPI mediamente di UNA DECINA di persone);
- grado di libertà: TOTALMENTE AUTOSUFFICIENTE; (l'alimentazione naturale, come predetto, determina l'assenza TOTALE di bisogni indotti, consentendo la totale autosufficienza dall'esterno);
- impatto ambientale: TOTALMENTE NATURALE (cioè NULLO),(dovuto causalmente, come predetto, all'ALIMENTAZIONE NATURALE dei suoi abitanti).

La SOCIETA' NATURALE (o specie umana in assetto naturale), finalmente, supera anche i concetti di "modernità", "ecologia" e "sostenibilità", sono dei palliativi (cioè agiscono sugli effetti e mai sulla causa) provvisori zper tentare di ottenere un minimo di compatibilità tra la specie umana e l'ecosostema globale.

La SOCIETA' NATURALE, quindi, AGISCE direttamente sull' ASSOLUTAMENTE UNICA CAUSA (diretta o indiretta) DI TUTTI I PROBLEMI ed i guai dell'ultima fase della società umana, fino alla società anche cosiddetta "moderna", cioè L'"ALIMENTAZIONE" NON ADATTA ALLA SPECIE UMANA, riportandola, finalmente, alla sua impostazione NATURALE: per ognuno, il modello alimentare MELARIANO (e, poi, il modello alimentare RESPIRARIANO). E' ovvio che, praticamente subito dopo, come esprime il termine stesso "CAUSA", una volta RISOLTA quest'ultima, TUTTI GLI EFFETTI NEGATIVI SCOMPAIONO AUTOMATICAMENTE, dalle cosiddette "MALATTIE" e compreso tutti gli innumerevoli e distruttivi

BISOGNI INDOTTI dall'"alimentazione" aspecifica stessa, dei quali siamo ancora PRIMITIVAMENTE DEGLI SCHIAVI, a cominciare

dal COSIDDETTO "LAVORO" (che serve, prima di tutto, per produrla),

dal COSIDDETTO "DENARO" (che serve, prima di tutto, per comprarla),

e dalla COSIDDETTA "TECNOLOGIA" (che non è altro che una PRIMITIVISSIMA protesi che tenta solamente di diminuire gli EFFETTI NEGATIVI stessi, diretti ed indiretti, dell'"ALIMENTAZIONE" INADATTA ALLA SPECIE UMANA).

Risolto, quindi, il PROBLEMA-CAUSA, l'uomo è finalmente LIBERO da qualsiasi anche attuale SCHIAVITU' INDOTTA (come predetto, indotta dall'"alimentazione" aspecifica stessa), ritorna gradualmente in grado di riabitare solamente l'unico habitat adatto alla specie umana, cioè la FASCIA INTER-TROPICALE mondiale, SENZA MAI PIU' NEMMENO BISOGNO DI PROTESI ABITATIVE (vere e proprie GABBIE, che ancora chiamiamo "case") [nella FASCIA INTER-TROPICALE del pianeta, essendo assente l'inverno in quella zona, ed essendo, quindi, ETERNAMENTE PRIMAVERA-ESTATE, si ha, finalmente, la possibilità di fare a meno anche di una struttura abitativa artificiale (che nelle fasce extra tropicali servono, appunto, solo ed esclusivamente come difesa dal freddo, ma unicamente d'inverno e periodi limitrofi), e si può addiritura utilizzare (almeno per la notte |una cosa è dormire in una SCATOLA, chiamata "casa", e tutt'altra cosa, massimamente stupenda, è dormire con al posto di un monotono cosiddetto "soffitto", un MERAVIGLIOSO CIELO STELLATO goduto attraverso un FANTASTICO GIOCO DI FRONDE DELL'ABERO|)

uno STUPENDO ALBERO a chioma aerea più latero-apicalmente ribassata, come PERFETTA UNITA' ABITATIVA NATURALE, perfettamente, appunto, adatta alla nostra specie.

Quindi, nella SOCIETA' NATURALE (sia in quella inter-tropicale che in quella extra-tropicale, di cui parleremo più avanti, quando la stagione lo consente) l'uomo può già vivere, col suo gruppo di amici, nell'evoluzione ultima e più perfezionata dell'ecovillaggio, cioè l'ECOSISTEMA ANTROPICO, in altri termini, il perfetto ecosistema specie-specifico per la specie umana, e, cioè, un semplicissimo STUPENDO MELETO (il più possibile equatoriale, a circa 800 metri di altitudine, ed africano orientale di Rift Valley, dove, cioè, la natura ci ha creato, e, quindi, luogo perfettamente adatto alla specie umana)],

DI PROTESI LOCOMOTORIE (vere e proprie SEDIE A ROTELLE, che ancora chiamiamo "autoveicoli"),
DI PROTESI RELAZIONALI (veri e propri "amici" ARTIFICIALI, che ancora chiamiamo "televisione", "internet", "radio", ecc.),
E DI QUALSIASI ALTRA PROTESI ARTIFICIALE [vere e proprie DROGHE (che creano, quindi, dipendenza), che ancora chiamiamo "prodotti artificiali"].

Infatti, come predetto, il "segreto" della FINE DI TUTTE LE SCHIAVITU' INDOTTE è molto semplice: UNA VOLTA TOLTA la DROGA-CAUSA (l'"ALIMENTAZIONE" NON ADATTA ALLA SPECIE UMANA),

che è in grado di creare i PEGGIORI NEUROTRASMETTITORI all'interno del nostro cervello (specialmente della categoria delle catecolamine), che sono esattamente

GLI UNICI CAPACI DI CREARCI BISOGNI INDOTTI (cioè creati dalla micidiale INTOSSICAZIONE ASPECIFICA NEURONALE), SCOMPARE IMMEDIATAMENTE anche LA DIPENDENZA ENORME DA TUTTE LE DROGHE-EFFETTO, cioè proprio l'insieme dei cosiddetti "PRODOTTI ARTIFICIALI" di cui l'uomo è COSTRETTO A CIRCONDARSI IN FASE DI INTOSSICAZIONE ASPECIFICA, per TENTARE DI IMITARE la sensazione di felicità.

Invece, nella SOCIETA' NATURALE, per il semplice effetto dell' ALIMENTAZIONE ADATTA ALLA SPECIE UMANA (oltre che di un ecosistema antropico), il CERVELLO UMANO PRODUCE AUTOMATICAMENTE i NEUROTRASMETTITORI prevalentemente INDOLAMINICI, tipici proprio della

SENSAZIONE DI FELICITA', e, quindi, L'UOMO E' AUTOMATICAMENTE TOTALMENTE FELICE (senza nemmeno domandarsi il perchè).

Dunque, inoltre, nella SOCIETA' NATURALE, l'UOMO MAI PIU' E COSTRETTO A SOPRAVVIVERE IN GABBIA (circondato da cosiddetti "muri" che gli impediscono di godere dell'ambiente naturale, compreso il muro chiamato "soffitto", che gli impedisce di ammirare le stelle attraverso le fronde degli alberi),

MAI PIU' E' COSTRETTO A SOPRAVVIVERE AL GUINZAGLIO DI UN COSIDDETTO "LAVORO" (che mediamente gli toglie ADDIRITTURA IL 90% DELLA PROPRIA VITA), MAI PIU' E' COSTRETTO A SOPRAVVIVERE PER GUADAGNARE IL COSIDDETTO "DENARO"

[con il quale può comprare SOLO COSE CHE GLI DANNEGGIANO LA SALUTE E CHE, come predetto, LO RENDONO INFELICE (persino anche la mela più "biologica" è normalmente prodotta, come predetto, da un albero "mostro", ottenuto

con la micidiale tecnica del cosiddetto "innesto")], ma, finalmente può semplicemente VIVERE, nella NATURALISSIMA sensazione di TOTALE FELICITA' (come, tra l'altro, ha sempre fatto per milioni di anni, prima delle glaciazioni).

Finalmente si passerebbe anche gradualmente dalla patologica cultura del "fare" (tipica della disastrosa e massacrante società capitalistica), alla STUPENDA CULTURA DELLA FELICITA' (tipica della SOCIETA' NATURALE).

Infatti, dal periodo di SOPRAVVIVENZA DISPERATA POST-GLACIALE fino ad OGGI SOLO ED ESCLUSIVAMENTE a causa di un cervello COMPLETAMENTE MASSACRATO PER FORTE INTOSSICAZIONE ASPECIFICA,

le persone hanno cominciato a pensare che non si potesse essere "felici" "se non si fa continuamente qualche cosa":

solo un cervello COMPLETAMENTE DISINTOSSICATO ASPECIFICAMENTE sa benissimo che, invece, E' PROPRIO ESATTAMENTE IL CONTRARIO.

Essere FELICI mai è un qualcosa che "si fa", ma DEL TUTTO AL CONTRARIO, è qualcosa che SI SENTE.

E' proprio quella SENSAZIONE DI BENESSERE TOTALE, di ARMONIA CON SE STESSI, CON GLI ALTRI E CON LA NATURA, che ti porta, in ogni momento della giornata a stare CONTINUAMENTE AL MASSIMO, ASSOLUTAMENTE QUALSIASI COSA SI FA O MENO.

E quando si è FELICI, lo dice il termine stesso, SI E' "FELICI": L'OBIETTIVO FINALE DELLA VITA E' GIA' RAGGIUNTO.

Non c'è bisogno di "fare" niente, ma solo di SENTIRE (profondamente).

E' ovvio che tutto ciò e' DIFFICILE DA SPIEGARE A PAROLE, ed è proprio anche per questo che VANNO FONDATE IMMEDIATAMENTE queste semplicissime SOCIETA' NATURALI,

precisamente anche per fare in modo che LE PERSONE DI TUTTO IL MONDO ancora conoscano solo la SOPRAVVIVENZA massacrante e disperata della società PRIMITIVA post-glaciale capitalista, che ci porta ad essere COSTRETTI A LAVORARE (e ADDIRITTURA 11 MESI SU 12) fino ad una età in cui, anche per quel motivo, siamo pieni di rughe ed acciacchi, solo per avere i soldi che ci bastano poco più che mangiare, o comprarci "cose" che, come abbiamo visto prima, sono proprio ESATTAMENTE QUELLE CHE CI RENDONO MASSIMAMENTE INFELICI,

ma possano anche gradualmente, per CHIUNQUE voglia farlo nel mondo, COMINCIARE A VIVERE UNA VITA VERAMENTE DEGNA DI ESSERE VISSUTA.

Nella fase urbanistica di transizione dalla primitiva città alla SOCIETA' NATURALE GLOBALE, oltre agli ECOVILLAGGI, occorre creare anche delle SOCIETA' NATURALI EXTRA-TROPICALI, oltre alle predette SOCIETA' NATURALI INTER-TROPICALI, per gradualizzare l'avanzamento dello stile di vita delle persone che vivono attualmente nell'area extra-tropicale proprio nel passaggio dagli ecovillaggi extra-tropicali alla società naturale extra-tropicale, alla SOCIETA' NATURALE INTER-TROPICALE.

La SOCIETA' NATURALE EXTRA-TROPICALE è identica alla società naturale inter-tropicale [e, quindi, anche con l'assenza di qualsiasi prodotto artificiale, escluso, nel caso extratropicale, eventuale minimo vestiario, cellulare ed internet (solari e usati solo a scopo di diffusione di alimentazione naturale ed ecovillaggi fino società naturali)] con la sola eventuale aggiunta di un'unica struttura (abitativa), che consente, solo quando il freddo non permette di vivere all'aperto (anche di notte), di ripararsi

[questa eventuale struttura (abitativa) è posta il più possbile adiacentemente al confine del terreno (in modo da non occupare le parti più vivibili del terreno stesso; posizionata sempre ad impatto visivo minimo), di legno (per i motivi predetti), (a doppio strato), di grandezza proporzionale alla grandezza del terreno (che, a sua volta, è proporzionale al numero di persone), a due piani (in modo che il piano superiore |più caldo| serve per dormire ed il piano terra per il giorno), ad ambiente unico (senza stanze o divisori, oggetti artificiali di qualsiasi tipo |a cominciare da letti, tavoli, sedie e mobili|, |esclusi eventuali piccoli materassini personali, sacchi a pelo e, quando serve, vestiti|, in modo da riprodurre il più possibile l'habitat antropico);

(l'eventuale struttura |abitativa| ideale della società naturale è, però, quella ad IGLOO SOLARE |o, al limite, cupola geodetica panorama|, descritte nel paragrafo relativo all'ev-sn, in questo caso di dimensioni maggiori |posizionata come predetto|; ad esempio, su un terreno di 50 ettari, che può dare un'autosufficienza melariana |compreso lo spazio psicologico| a circa 500 persone, è sufficiente un igloo solare |oppure una cupola geodetica panorama| di circa 50 metri di diametro |alto circa una ventina di metri|;

si ricorda che, come postdetto, questa tipologia di struttura, oltre che la più ecologica ed economica in assoluto, e a rendere ottimale solo un piano, è l'unica al mondo che è tanto più resistente proprio all'aumentare delle sue dimensioni; essendo l'unica a superficie di calpestio naturale e con passaggio totale di luce solare, consente finalmente |e va fatto| di

ricreare l'ecosistema umano arboreo, potendo piantare |sempre seminandolo| al suo interno uno stupendo meleto |che torna persino alla sua fisiologia naturale, cioè intertropicale, in un modo strutturale simile ad EDEN PROJECT in inghilterra, che contiene una vera e propria foresta tropicale al suo interno; in questo modo ogni melo, reinnescando appunto proprio la sua fisiologia naturale, effettua due produzioni all'anno ed in maniera addirittura scalare|; la specie umana, quindi, può finalmente vivere in maniera naturale, anche fuori dai tropici, addirittura in un reale paradiso terrestre |ovviamente di giorno, normalmente si può stare all'aperto, nel restante paradisiaco meleto|;

/se l'impostazione alimentare è, invece, ancora fruttariana, oltre ai meli |che vanno comunque tenuti in maggioranza per l'indispensabile ecosistema antropico di base|, nel grande igloo solare, fungendo pure da serra, si possono piantare |anche se sconsigliato, visto che in tale ambiente è facilissimo passare, addirittura in breve tempo al melarismo, dovendo poi toglierle, anche per il predetto effetto mirror| pure piante tropicali come banani e avocado |fondamentali per il fruttarismo sostenibile, oltre ad una eventuale serra più bassa per la frutta ortaggio, meloni, angurie, ecc.|/;

inoltre, questa tipologia di piante migliora enormemente pure l'atmosfera interna per la specie umana, emettendo ossigeno di giorno, con una produzione notturna assolutamente minima di anidride carbonica |specialmente le piante più evolute come le pomacee, ma di gran lunga il melo, soprattutto stark, che ne emette meno di una persona umana|, che comunque viene subito eliminata dalla porosità naturale del terreno, il quale funge da perfetto scambiatore di calore, facendo quindi entrare continuamente aria dall'esterno, addirittura già riscaldata proprio dall'aria interna in uscita contemporanea e parallela;

ovviamente, anche per tutte le suddette piante è un grande vantaggio salutistico, in quanto, a cominciare |come abbiamo visto| dal melo stesso, sono tutte piante adatte ad un clima intertropicale, riprodotto proprio dall'igloo solare |o dalla cupola geodetica panorama|, che consente loro, tra l'altro, nemmeno perdere di le foglie d'inverno, determinando anche, con l'ottimale fotosintesi mai interrotta, di rinforzare il loro apparato radicale, che è naturalmente in grado di fornire il nutrimento acquoso dalle sole profondità del terreno, a prescindere dalla pioggia |ovviamente, per il semplice principio dei vasi comunicanti, il livello idrico delle profondità del terreno sottostante l'igloo solare, o predetta cupola, è perfettamente identico a quello del terreno esterno, per cui non serve assolutamente nemmeno l'innaffiamento interno|);

da notare che il fatto che l'eventuale struttura (abitativa) sia unica mai costituisce assolutamente un difetto come nella comune (sia perchè le persone sono assolutamente disintossicate e, quindi, con neurotrasmettitori della serenità e della armonia reciprioca, sia per l'assenza del micidiale stress dovuto al cosiddetto "lavoro" obbligatorio della comune, costretto dalla stessa impostazione alimentare aspecifica, sia per l'assenza dell'enorme mole di bisogni indotti determinati da quest'ultima, che, col tempo, portano persino al fastidio della presenza anche vicina degli altri, sia perchè, specialmente aiutate dalla perfetta potenza salutistica, le persone possono vivere all'aperto quasi tutto il tempo |d'inverno solo di giorno, ma tutte le altre 3 stagioni possono anche dormire all'aperto, coperti da un sacco a pelo, o, al limite, pure da una piccola tenda, nella maniera postdetta|) ma addirittura costituisce un enorme pregio, visto anche che, essendo la suddetta struttura, nel caso della società naturale, il più simile possibile all'ecosistema antropico, consente di viverci pure d'inverno in maniera più naturale possibile].

Infatti, come predetto, anche nella società naturale extra-tropicale, almeno nei mesi caldi che lo consentono, si può vivere e dormire all'aperto, fuori della suddetta struttura, magari nella speranza che continui la tropicalizzazione anche del clima extratropicale, iniziata, comunque, ormai da decenni per cause naturali, così da consentire all'intera specie umana, sull'intero pianeta, di rivivere per sempre quel perfetto PARADISO TERRESTRE, di cui già abbiamo goduto, come visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, per ben 5,2 miloni di anni.

Ogni terreno relativo ad una SOCIETA' NATURALE (compresa l'eventuale struttura presente in essa nelle zone extra-tropocali), (del tutto a prescindere da chi offre il denaro per l'acquisto, anche perchè deve essere quasi niente a persona, come spiegheremo meglio), è intestato (assolutamente mai a nessuna persona o gruppo particolare) solo ed esclusivamente alla FONDAZIONE GNS (Global Natural Society, con solamente uno STATUTO NATURALE da rispettare, che vedremo più avanti), che è sempre la stessa per tutto il pianeta: in questo modo

QUALSIASI PERSONA DELL'INTERO PIANETA (a prescindere anche dalla sua provenienza e dell'ubicazione della società naturale particolare) HA DIRITTO AD ENTRARE E VIVERCI LIBERAMENTE E GRATUITAMENTE QUANTO DESIDERA, al solo patto che RISPETTI il suddetto STATUTO NATURALE.

Quindi, ogni volta che si forma un'altra SOCIETA' NATURALE si sta letteralmente NATURALIZZANDO un altro PEZZO DI PIANETA e di società umana, e quando ANCHE L'ULTIMO SETTORE GLOBALE antropizzabile SARA' VISSUTO DA UNA SOCIETA' NATURALE

[diversamente dagli ecovillaggi, le società naturali (essendo finalmente libere da strutture artificiali, o, al limite, nella fascia extra-tropicale, avendone una sola) possono essere assolutamente contigue e confinanti, e, anche in questo caso, non devono avere recinzioni o divisori di qualsiasi tipo tra una e l'altra, visto anche che diventano immediatamente una cosa sola (pure perchè l'inestazione è la stessa)] ci sarà finalmente UN'UNICA SOCIETA' NATURALE (appunto, GLOBALE) IN TUTTO IL PIANETA. A quel punto, L'INTERO PIANETA TORNERA' AD ESSERE QUELL'IMMENSO PARADISO CHE E'

SEMPRE STATO, compresa la componente della SPECIE UMANA, che, come predetto, in quel modo aveva già vissuto, per ben 5,2 milioni di anni, COMPLETAMENTE FELICE.

UNICA procedura (sicura, pratica e veloce) (FONDAZIONE GNS e statuto naturale) per FONDARE una SOCIETA' NATURALE (extra-tropicale ed INTER-TROPICALE).

I VANTAGGI principali della SOCIETA' NATURALE

Come sempre, quando si procede verso la NATURA le cose diventano continuamente molto più SEMPLICI.

Infatti, in rapporto anche all'ecovillaggio, la formazione di una SOCIETA' NATURALE è enormemente più SEMPLICE, per i seguenti motivi e PROCEDURA:

1) **DENARO QUASI NULLO.** La quantità di denaro che serve inizialmente per ogni persona diventa finalmente QUASI NULLA: è sufficiente inserire su internet il PROGETTO DI ACQUISTO di un terreno per fondare una SOCIETA' NATURALE, attraverso il quale raccogliere MAI PIU' di (ad esempio, in area euro) 1000 euro a persona (MAI vanno accettate quote maggiori o minori per evitare di creare nemmeno un "potere morale" maggiore o minore a NESSUNO) fino al raggiungimento della cifra sufficiente per l'acquisto del terreno stesso (e, se extra-tropicale, eventuale struttura abitativa unica), spiegando che, per ottenere in essa la PARITA' DI DIRITTI per qualsiasi persona del pianeta voglia viverci, l'intestazione verrà effettuata alla postdetta FONDAZIONE GNS (Global Natural Society), di proprietà di NESSUNO, e che risponde SOLO al suo, sempre postdetto, STATUTO NATURALE.

2) **BUROCRAZIA QUASI NULLA.** Nemmeno c'è bisogno, come per l'ecovillaggio, di un frazionamento catastale per ogni nucleo abitativo e per l'area comune, più la richiesta di una autorizzazione edilizia per ognuna della decina di unità abitative e sala comune, ma, nella fascia extratropicale, servirà solo l'autorizzazione ediliza dell'unica struttura abitativa presente sul terreno, e nella fascia inter-tropicale, nemmeno quella, proprio perchè, come predetto, nemmeno ci deve essere neanche nessuna struttura abitativa.

3) **TEMPO QUASI NULLO.** Nemmeno c'è bisogno del molto tempo che occorre per formare un gruppo affiatato di una decina di persone, come per l'ecovillaggio, ma al contrario, essendo TUTTI gli abitanti del pianeta LIBERI di vivere nella società naturale, le persone al suo interno, una volta fondata, si assestano del tutto SPONTANEAMENTE, compresi i sottogruppi da una decina di esse.

Come predetto, siccome, in essa, TUTTI HANNO PARI DIRITTI, anche per evitare che nessuno abbia più "potere" un altro, L'INTESTAZIONE DEL TERRENO (e dell'eventuale struttura abitativa extra-tropicale) della SOCIETA' NATURALE, A PRESCINDERE DA CHI OFFRE LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE ALL'ACQUISTO (a cui, comunque, resterà in se stesso PER SEMPRE l'orgoglio profondo di aver contribuito al MASSIMO EVENTO STORICO di tutti i tempi: la nascita della SOCIETA' DEL FUTURO), andrà alla FONDAZIONE GNS (Global Natural Society), FINALMENTE DI PROPRIETA' DI NESSUNO, che risponde SOLO ED ESCLUSIVAMENTE al seguente STATUTO NATURALE (cioè dettato dalla NATURA stessa adatta alla specie umana):

1) **L'ALIMENTAZIONE** di ogni persona è quella NATURALE, cioè ADATTA ALLA SPECIE UMANA, quindi MELARIANA [al limite, unicamente in fase iniziale (per soli motivi di gradualità), fruttariana sostenibile (cioè quella espressa in questo testo)] e poi RESPIRARIANA (tutte almeno all'interno della societa' naturale). [Per la flora, è consentita la presenza solo di MELI (ottenuti da seme, senza innesti o analoghi, distribuiti alla distanza reciproca di 10 metri in tutto il terreno; mentre nella fascia intertropicale la mela rossa stark-deliziosa è presente tutto l'anno sugli alberi, nell'area extratropicale occorre fare un meleto a maturazione scalare, cioè diversi tipi di mela |il più possibile rossa, principalmente stark| che maturano ognuno in un mese diverso dell'anno, così da avere sempre mele mature sull'albero |il melo ha migliaia di varietà, dalle "precoci" estreme alle "tardive" estreme, ed è proprio l'unico frutto al mondo che può coprire tutto l'anno con almeno una varietà in maturazione per ogni mese dell'anno),

(al limite, sempre unicamente come fase iniziale, anche di piante |ancora da seme| relative al suddetto fruttarismo sostenibile: le piante fruttifere arboree (diverse da melo) |peri, peschi, ecc.| vanno poste all'interno della suddetta disposizione dei meli, equidistanti da essi; le piante fruttifere arbustive |more, corbezzoli, ecc.| vanno poste solo lungo il confine del terreno stesso; le piante fruttifere erbacee |meloni, pomodori, ecc.| vanno poste in una sola zona |della dimensione minima per soddisfare i bisogni di tutti| adiacente al confine del terreno |e alla eventuale postdetta struttura abitativa|, |per esse, ognuno si può scegliere una sua area autogestita per l'autoconsumo personale, non superiore a 20 metri quadri|; esclusione di piante di arance o altra frutta acida, per tutti i motivi predetti) e prato nano; unico metodo di "coltivazione" consentito (per tutte le piante fruttifere, arboree, arbustive,

erbacee, e la postdetta eventuale serra): ECOSISTEMA ANTROPICO, cioè sempre quello espresso in questo testo; ognuno è libero di consumare la frutta (arborea e arbustiva) del terreno direttamente, ma non di porla in nessun contenitore (o analoghi) o indumento, e, tanto meno, portarla all'esterno; si deve evitare di usare la società naturale solo come posto per mangiare e alloggiare gratis, ma bisogna condividere con gli altri la tendenza generale, anche pratica, almeno al fruttarismo sostenibile].

2) **ASSENZA TOTALE DI PRODOTTI ARTIFICIALI** (compreso casa, vestiti, attrezzi od oggetti di qualsiasi tipo, fuoco, ecc.).

[Nella zona extra-tropicale, assenza di casa, vestiti, e serra (meglio se di vetro, relativa solo al fruttarismo sostenibile, e della dimensione minima per soddisfare i bisogni di tutti; in serra, ognuno si può scegliere una sua area autogestita per l'autoconsumo personale, non superiore a 20 metri quadri) quando è possibile per la temperatura; è consentita una sola struttura abitativa ed una sola serra per società naturale, o (se quest'ultima è superiore al chilometro quadrato) al massimo una di entrambe per ogni chilometro quadrato; sono poste vicine ed adiacentemente al confine del terreno (in modo da non occupare le parti più vivibili del terreno stesso); la struttura abitativa è di legno (massello a doppio strato), di grandezza compatibile col numero massimo (relativo alla grandezza del terreno) di persone, a due piani (in modo che il piano superiore |più caldo| serve per dormire ed il piano terra per il giorno), ad ambiente unico, senza stanze o divisori (di qualsiasi tipo), o oggetti artificiali (sempre di qualsiasi tipo, a cominciare da letti, tavoli, sedie, mobili, "cucina" e bagno |per le deiezioni solide si usa il predetto metodo della zappetta; solo per i casi di intemperie, si può porre un bagno, adiacente esternamente alla struttura|, ecc.; consentiti solo eventuali piccoli materassini personali, sacchi a pelo, tappeti di cotone verde |con la "peluria" verticale a simulare il prato|, cuscinetti di cotone verde e, quando serve, vestiti; il tutto in modo da riprodurre il più possibile l'habitat antropico);

sempre nella zona extra-tropicale, per dormire all'aperto, è consentito l'uso di sacco a pelo (una volta terminato il suo utilizzo va tolto dalla vista), o, al limite, piccola tenda (quest'ultima da porre adiacentemente |su un fianco o sul retro| alla struttura abitativa, per evitare che il terreno diventi cosparso di strutturine artificiali); eventuali autoveicoli (compresi camper, roulotte, case mobili, e analoghi) vanno lasciati (anche se utilizzati per dormire) nell'unico parcheggio del terreno; uniche eccezioni tecnologiche SOLO per la fascia extra-tropicale (utilizzabili esclusivamente in caso di vera necessità, a cominciare dalla diffusione di fruttarismo sostenibile, melarismo, respirarismo e società naturale): cellulare e computer (portatile, con eventuale antennina per internet)].

3) **ASSENZA TOTALE DI SPECIE ANIMALI ASPECIFICHE** per la specie umana [a cominciare da cani, gatti, mammiferi erbivori, qualsiasi animale pericoloso o dannoso per l'uomo, come serpenti, scorpioni, o analoghi (nell'ecosistema antropico non sono mai esistiti, anche in quanto appatengono a ben altri ecosistemi), ecc.]. [Quelle compatibili con la nostra specie sono gli uccelli spontanei autoctoni, e, ovviamente, la fauna invertebrata autoctona (farfalle, fauna invertebrata sotterranea, ecc.)].

4) **QUALSIASI ABITANTE** (umano) DEL PIANETA E' LIBERO DI ENTRARE E VIVERE QUANTO VUOLE NELLA SOCIETA' NATURALE, al solo patto di RISPETTARE IL PRESENTE STATUTO.

[Se ci sono problemi di sopraffollamento, (ad esempio, problemi di spazio, di carenza di frutta, ecc., dovuti al numero di persone), NESSUNO PUO' ESSERE ALLONTANATO (per quel motivo), nemmeno l'ultimo arrivato (perchè anche il tempo maggiore trascorso all'interno MAI FA ACQUISIRE ALCUN DIRITTO MAGGIORATO rispetto agli altri); quindi, l'allontanamento per i suddetti problemi di sopraffollamento PUO' ESSERE DECISO SOLO PER SE STESSI. L'eventuale sovraffollamento deve, invece, spingere A FONDARE UN'ALTRA SOCIETA' NATURALE (con la predetta procedura) sita il più vicino possibile a quella sovraffollata].

[Nota esterna allo statuto: se si arriva a problemi di sovraffollamento E' UN SEGNALE DEL TUTTO POSITIVO, in quanto vuol dire che la società naturale in questione FUNZIONA (proprio in senso NATURALE, in quanto ATTIRA persone), e ciò deve stimolare tutti ad attivarsi per cominciare la procedura PER FONDARNE SUBITO UN'ALTRA il più vicino possibile, letteralmente CAMBIANDO COSI' UN ALTRO PEZZO DI PIANETA.

Quindi, con la società naturale, gli eventuali problemi di "ristrettezza" si trasformano sempre in una risorsa in termini di stimolo PER ALLARGARE LA SOCIETA' NATURALE NEL MONDO].

5) **OGNUNO E' LIBERO DI ORGANIZZARE QUALSIASI EVENTO** (feste, raduni, conferenze, ecc.), (anche nella eventuale struttura abitativa), rivolto SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ALLA DIFFUSIONE DEL FRUTTARISMO SOSTENIBILE/MELARISMO/RESPIRARISMO E DELLA SOCIETA' NATURALE NEL MONDO (ogni evento sarà GRATUITO per tutti i partecipanti, e nemmeno si può usare il terreno, o qualsiasi struttura su esso, a scopo di profitto economico).

Anche il TERZO articolo del suddetto statuto NATURALE E' ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE sempre per il fatto che, per la nostra VERA FELICITA', finalmente tutto deve essere NATURALE, e, quindi, nella SOCIETA' NATURALE UMANA MAI DEVONO ESSERE PRESENTI ALTRE SPECIE ANIMALI se non quelle complementari alla nostra nicchia ecologica antropica, dunque, ovviamente, solo ed esclusivamente uccelli autoctoni che spontaneamente sono presenti, e la fauna invertebrata autoctona [dalle farfalle a quella sotterranea (che, tra l'altro, è indispensabile per la fertilità del terreno)],

MA ASSOLUTAMENTE MAI NESSUNA ALTRA SPECIE ANIMALE, dalle specie carnivore (come cani, gatti, ecc.), a quelle erbivore (mucche, capre, ecc.), a quelle granivore aspecifiche (galline, tacchini, ecc.), ecc., che, essendo specie

ADATTE AD ECOSISTEMI E RELAZIONI INTERSPECIFICHE DEL TUTTO DIVERSE,
SOFFRIREBBERO ENORMEMENTE, e, comunque, ALTEREREBBERO ANCHE IL DELICATISSIMO EQUILIBRIO ECOSISTEMICO, FISICO E MENTALE, PURE DELLA NOSTRA SPECIE

[in natura OGNI SPECIE ANIMALE VIVE NEL SUO BRANCO, la formica tra le formiche, il pesce tra i pesci, il cavallo tra i cavalli, così

IL CANE DEVE VIVERE TRA I CANI, IL GATTO DEVE VIVERE TRA I GATTI, ecc. PRIMA DI TUTTO PER IL LORO BENESSERE; anche essi hanno compagni di vita TRA LORO, giocano TRA LORO, si accoppiano TRA LORO, fanno ed allevano figli TRA LORO,

ed il tutto è ARMONICO E FELICE se avviene SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NEL LORO ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO ED ASSOLUTAMENTE NON NEL NOSTRO,

e, specialmente, senza che altre specie animali per loro aspecifiche, come il primate uomo, INTERFERISCANO MINIMAMENTE con il LORO DELICATISSIMO EQUILIBRIO TOTALE; di conseguenza, va precisato che, anche nella società capitalistica attuale, e, a maggior ragione, anche nella società sostenibile (degli ecovillaggi), il VERO "animalismo" NON E' ASSOLUTAMENTE quello di possedere un animale (che non fa altro che AUMENTARE questa ORRIBILE "cultura del possesso di un animale" che, per gli innumerevoli problemi che può creare un animale posseduto, E' ESATTAMENTE QUELLA CHE CREA il tremendo problema dell'ABBANDONO, e conseguente RANDAGISMO,

LETTERALMENTE CREANDO, quindi, anche la NECESSITA' STESSA DEI LAGHER chiamati "canili" o "gattili") ma, PROPRIO DEL TUTTO AL CONTRARIO, QUELLO DI BATTERSI (se TUTTI gli animalisti lo chiedessero TUTTI INSIEME, pure con semplicissime petizioni popolari, si otterrebbe immediatamente) AFFINCHE' LE ISTITUZIONI FONDINO, E SUBITO,

(anche perchè è a COSTO QUASI NULLO, e addirittura SI RISPARMIEREBBE MOLTISSIMA SPESA PUBBLICA relativa proprio agli attuali predetti LAGHER "canili" o "gattili", e, inoltre, SI RISOLVEREBBE DEFINITIVAMENTE persino sia il problema dell'ABBANDONO e del RANDAGISMO, e sia delle CENTINAIA DI MIGLIAIA di persone UMANE MORTE OGNI ANNO, nel mondo, per incidenti stradali CAUSATI DA ANIMALI ABBANDONATI, oltre, ovviamente, della MORTE DI QUESTI ULTIMI nell'incidente stesso) dei veri e propri PARCHI NATURALI

(ad esempio, parco naturale per CANI, parco naturale per GATTI, strutturati e divisi per specie o razze in maniera opportuna, e dove ogni animale è FINALMENTE LIBERO nel suo ECOSISTEMA NATURALE; il loro istinto naturale è ancora PERFETTAMENTE INTEGRO, anche perchè per mutarlo non basterebbero MILIONI di ANNI, mentre sono solo pochissime migliaia di anni che è nata la PATOLOGICA "cultura del possesso di un animale")

per OGNUNA di quelle specie che si trovano ora ad essere di "proprietà privata" di qualcuno, ed AFFINCHE' RENDANO ILLEGALE (proprio per evitare definitivamente sia tutta questa ORRENDA PROBLEMATICA, sia tutto questo letterale MASSACRO UMANO E NON) IL POSSESSO STESSO DI UN ANIMALE].

I VANTAGGI della SOCIETA' NATURALE sono infiniti:

- come predetto, i soldi, la burocrazia, i tempi, e, quindi, anche le energie occorrenti per formarla, sono finalmente QUASI NULLE;
- con il minimo (un quasi niente) si ha il MASSIMO;
- ogni persona NEMMENO ha più problemi per MANGIARE GRATIS, perchè il terreno è enorme e la frutta prodotta è sempre in eccesso (il surplus si può sempre essiccare per la conservazione, oppure vendere per le eventuali spese di manutenzione);
- ogni persona nemmeno ha più problemi per l'ALLOGGIO GRATIS, perchè nella fascia inter-tropicale non servono strutture abitative e nella fascia extra-tropicale la struttura abitativa è abbondante per tutti;

- ogni persona MAI E' PIU' COSTRETTA A LAVORARE, in quanto ha tutto quello che serve per la FELICITA' GRATIS, a cominciare da VITTO, ALLOGGIO E COMPAGNIA;

- ogni persona MAI E' PIU' COSTRETTA AD AVERE PROPRIETA' PRIVATE, da terreno ad abitazione, a tutto il resto,con tutte le relative responsabilità e spese, dalle bollette, alle spese condominiali, alla manutenzione ordinaria e straordinaria, ecc.;

- ogni persona MAI E' PIU' COSTRETTA AD AVERE SOLDI, anche in quanto l'alimentazione naturale (adatta alla specie umana) determina l'ANNULLAMENTO TOTALE DI TUTTI I BISOGNI INDOTTI (dall'intossicazione aspecifica);

- ogni persona, quando vuole, ha la MASSIMA COMPAGNIA, e sempre al massimo livello, visto che si trova in un posto con moltissime persone, tutte aventi lo stesso obiettivo di vita naturale, e, quindi, come abbiamo visto, AMICI PROFONDAMENTE VERI, e con un assestamento spontaneo in gruppi di massima sintonia reciproca;

- ogni persona NEMMENO HA PIU' PROBLEMI DI SPOSTAMENTO, mezzi di trasporto, o qualsiasi cosa del genere, in quanto ha tutta la COMPAGNIA E FELICITA' che vuole SENZA DOVERSI SPOSTARE;

- ogni persona NEMMENO HA PIU' L'ESIGENZA DI ANDARE IN LOCALI o analoghi (dal cosiddetto "ristorante" fino ai cosiddetti "pub", o "discoteca", o "cinema", o altro "svago" innaturale), in quanto ogni sera nella società naturale è UNA FESTA ASSOLUTAMENTE SPONTANEA, con decine di persone che si divertono tutte insieme,

  L'UNICA COSA AL MONDO IN GRADO DI DARE LA SENSAZIONE DI COMPAGNIA E FELICITA' PROFONDE;

- anche in caso di figli, essi crescono nel MIGLIORE AMBIENTE AL MONDO, cioè completamente NATURALE;

- ogni persona MAI AVRA' PIU' PAURA, sia per quanto riguarda la cosiddetta "sicurezza economica", in quanto la sicurezza economica massima mai si ha quando si hanno tanti soldi, ma, esattamente al contrario, quando NEMMENO SI HA BISOGNO DI SOLDI; sia per quanto riguarda la sicurezza sociale, in quanto scompare anche la paura di rimanere soli, per la predetta MASSIMA COMPAGNIA in massima sintonia, in età non avanzate, ma anche addirittura in età avanzatissime, dove scompare l'esigenza degli ospizi o dell'assistenza personale, in quanto, da un lato, l'alimentazione adatta alla specie umana rende la persona sempre completamente autosufficiente, proprio per la perfetta salute senza scadenza, e dall'altro, si sta in un posto con la massima compagnia e, se serve, aiuto reciproco;

- ecc.

La SOCIETA' NATURALE è, dunque, LA SOLUZIONE DEFINITIVA SIA DEI PROBLEMI DI QUALSIASI PERSONA AL MONDO, SIA DELL'INTERO PIANETA [per avere anche una vaga idea della società naturale si consiglia di guardare il film "pianeta verde" (su internet è gratuito), anche se alcuni dettagli di quest'ultimo sono ancora da perfezionare] per il semplice motivo che

LA SPECIE UMANA E' STATA PROGETTATA PER VIVERE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE IN MANIERA NATURALE, che, infatti, E' L'UNICA CHE LA RENDE COMPLETAMENTE FELICE.

Perfezionamento tecnico (ed economico-burocratico) relativo alla formazione di ECOVILLAGGIO e SOCIETA' NATURALE (valido anche per le imprese relative alla postdetta direttiva Onu): EV-SN

In realtà, la procedura ideale per la formazione di ecovillaggi e società naturali è quella più semplice e veloce, sia dal punto di vista tecnico che economico, ed inoltre burocratico:
unire i due progetti in un unica soluzione (EV-SN, cioè EcoVillaggio-Società Naturale) e poi, all'interno di esso, differenziare due fasi,

- una PRIMA FASE in cui si vive il terreno sotto forma di ECOVILLAGGIO,

- e una SECONDA FASE in cui si vive finalmente il terreno sotto forma di SOCIETA' NATURALE.

Per applicare ciò è sufficiente realizzare un EV-SN, in questo modo:

- una volta formato un gruppo di una decina di amici (o, meglio, come predetto nel progetto 3M, conoscersi di persona tra i fondatori è importante ma poi l'ideale è comunque il metodo descritto per la predetta società naturale, cioè proponendo il progetto di EV-SN su internet ed arrivando ad un centinaio di persone con circa 1000 euro ciascuna |con numero di persone comunque successivamente aperto, grazie alla postdetta intestazione alla fondazione GNS, avente lo specificato statuto naturale|; questo in quanto progetti con un numero chiuso di persone sono destinati a fallire in poco tempo per il semplice motivo che mai consentono l'assolutamente essenziale assestamento interpersonale naturale spontaneo che solo un progetto aperto può determinare |infatti tutti i progetti a numero chiuso di persone sono falliti per incomprensioni o litigi che hanno portato all'allontanamento delle persone senza poi avere l'immediato naturale ricambio con energie fresche e più adatte di altre persone|; da ricordare sempre che con progetti a numero chiuso di persone si spendono molti più soldi e si è destinati a rimanere soli, senza l'indispesabile fattore di compagnia spontanea che è l'unico elemento che consente di far rimanere viva una qualsiasi comunità appartenente a qualsiasi specie animale |la natura è infatti sempre aperta, e, come sempre essa è assolutamente l'unico modello vincente; mai bisogna aver paura di diventare troppi, sia in quanto l'unica causa di fallimento è la solitudine e sia in quanto è proprio l'eccesso numerico di persone che determina l'enorme successo del progetto e che quindi può stimolare a realizzarne subito un altro, nello stesso semplice modo),

- si acquista un terreno dai 2 ai 3 ettari, intestandolo direttamente alla predetta fondazione GNS (Global Natural Society), col predetto statuto naturale [adattato alla ev-sn, cioè prevedendo la possibilità provvisoria di aggiungere una decina di casette mobili di legno (usabili, con un numero massimo di persone per ognuna, da chiunque |segua il suddetto statuto naturale|, in maniera contingente, cioè occupabili solo per il periodo di presenza costante sul terreno; i restanti possono abitare, in maniera ancora più naturale, la postdetta sala comune ad igloo solare; questa alternanza abitativa spontanea consente una eventuale gradualità psico-fisica verso l'abitare esclusivamente la struttura più ecologica dell'igloo solare, come succede poi nella seconda fase dello stesso terreno, di società naturale), per poi toglierle quando si giunge, appunto, alla fase di società naturale, come postdetto; se si supera costantemente la capacità di carico (alimentare ed abitativa) di questo ev-sn, ciò è un segnale MASSIMAMENTE POSITIVO che deve spingere subito ad attivarsi per realizzare, allo stesso modo e nella posizione più adiacente possibile, un altro ev-sn (questo è proprio esattamente l'UNICO MODO per cambiare veramente il mondo, cioè un pezzo di pianeta per volta)];

- si semina un meleto (stark-deliziosa) con alberi distanti una decina di metri l'uno dall'altro (nella eventuale fase di transizione verso il melarismo gli altri frutti si possono comprare fuori);

- si acquistano una decina (non di più, per motivi ecologici e legali) CASETTE MOBILI (DI LEGNO) [ne esistono di bellissime su internet; i vantaggi della casetta mobile sono enormi, dal risparmio dei costi di montaggio, al non bisogno di autorizzazione ed i relativi costi (essendo omologata come veicolo), al non bisogno di richiesta di abitabilità ed i relativi costi (è già omologata per l'abitabilità), al poter cambiare posizione sul terreno in caso di necessità, e soprattutto al fatto che consentono, successivamente, una enorme facilità di trasformazione dell'ecovillaggio in società naturale, come vedremo più avanti; come accennato, per ottenere una casetta passiva, quindi senza bisogno nemmeno di riscaldamento (se il calore non esce è sufficiente addirittura la nostra stessa temperatutra corporea a riscaldare; si usa anche nei paesi più nordici), basta sigillare le pareti da eventuali ponti termici (ad esempio piccoli spifferi, chiusi con stucco ecologico per legno) e foderare le pareti interne (compreso pavimento) e specialmente il soffitto con pannelli di sughero (senza collante interno) spessi almeno 3 cm (inchiodandoli), sigillando gli eventuali spazi residui tra un pannello e l'altro con pezzi di sughero (se il calore non è sufficiente si può mettere un secondo strato di stesso sughero; per eventuali picchi di freddo, si può usare una stufetta a gas da interni solo per dare un piccolo supporto iniziale di calore (esistono dei modelli piccolissimi, persino pochi cm, che utilizza bombolette cilindriche da campeggio); per chi ancora servisse luce artificiale, cellulare e internet, l'autosufficienza elettrica si può ottenere in maniera semplicissima, tramite una batteria da 50 ampere (inizialmente anche di automobile, poi più ecologica) collegata ad un pannellino solare da 20 watt (ne esistono anche di pochi cm, che basta mettere al sole uno o due giorni al mese), e collegata anche ad una presa tipo accendisigari da automobile: ad essa si può collegare un faretto a led (usare quelli da circa 1 watt), il caricabatterie da automobile del cellulare (consuma solo circa 8 watt) e del computer (usare i tablet o i netbook che hanno batterie che durano anche 11 ore consumando pure meno di 20 watt; per chi ha bisogno di sentirsi sempre "inserito" con tutta la società, in qualsiasi posto al mondo, è sufficiente internet |fermo restando che, ovviamente, si può sempre uscire e andare ovunque|); per il rasoio elettrico a 220 volts (consuma intorno ai 7 watt, e ci sono tipi anche per capelli) basta un piccolissimo inverter da 150 watt (si può trovare tutto nei negozi di autoaccessori, di camping o di elettronica); con batteria ed inverter leggermente più potenti si possono usare anche frullatore e centrifuga; eventualmente, per essiccare la frutta (farlo solo con la frutta ortaggio, non frutta

dolce che, come predetto diventa molto più acidificante), basta tagliarla a fette sottili un millimetro (esistono attrezzi appositi) e metterle al sole per circa 4 ore, chiudendole subito dopo in una bustina impermeabile];

le predette casette mobili di legno si dispongono sul terreno in modo più circolare possibile (e specialmente meno visibile possibile, anche per evitare problemi col vicinato), in modo da lasciare un grande spazio centrale (l'area comune), al centro del quale si pone un

(macro) IGLOO SOLARE (con diametro di circa 15 metri, alto circa 6 metri)

[l'igloo solare è costituito da una sorta di semisfera schiacciata in materiale tipo plexiglass spesso (trasparente) a doppio strato (con aria tra i due strati che è un ottimo isolante termico) e con porta scorrevole a scomparsa (nell'intercapedine del doppio strato), poggiato direttamente sul prato, che costituisce il bellissimo pavimento naturale interno stesso; ("igloo" in eschimese significa esattamente "casa"; infatti, perfezionato a igloo solare, in termini di prestazioni bio-ecologiche e tecniche, come vedremo, è esattamente la casa per eccellenza; quindi "igloo solare" significa proprio "casa solare").

L'IGLOO SOLARE E' LA STRUTTURA PIU' ECOLOGICA IN ASSOLUTO,

in quanto:

- la porosità medesima del terreno, come predetto, funge da perfetto scambiatore di calore e, quindi, determina anche il migliore ricambio dell'aria senza abbassare la temperatura, ma addirittura in maniera continua;
- il materiale strutturale è organico (di origine comunque vegetale fossile), [i più moderni sono traspiranti (permeabili all'aria) ed impermeabili all'acqua];
- la parete è la più sottile di qualsiasi altra struttura (abitativa) esistente (minimo utilizzo di risorse);
- anche per quest'ultimo motivo, è la tipologia strutturale (abitativa) più economica al mondo;
- consente il passaggio della luce solare, enormemente salutare anche per la formazione di vitamina D, indispensabile per le nostre ossa;
- essendo una sala comune, la tipologia strutturale e le dimensioni (a vano unico ed enorme) dell'igloo solare determinano anche la massima possibile sua distanza parietale dal nostro organismo;
- è l'unico tipo di struttura esistente al mondo che consente agli abitanti anche di restare perfettamente sempre con un fantastico contatto visivo totale con l'esterno (ad esempio con gli alberi e col cielo stellato notturno), fondamentale pure a livello psicologico;
- come già descritto maggiormente in un altro paragrafo relativo alla società naturale, a conseguenza della postdetta motivazione bioclimatica interna, essendo anche la sola a superficie di calpestio naturale e con passaggio totale di luce solare, l'igloo solare è l'unica struttura (abitativa) al mondo che consente (e va fatto) di poterci piantare (sempre seminandoli) dei meravigliosi meli (stark) al suo interno, ovviamente in numero proporzionale alle sue dimensioni, ricreando finalmente la biosfera antropica (nel caso di un igloo solare di una quindicina di metri di diametro occorre avere almeno cinque meli |stark|, uno centrale e quattro laterali), e cioè, in questo caso, addirittura un piccolo paradiso terrestre;
- come predetto, la presenza di piante all'interno di un igloo solare (oppure cupola geodetica panorama) detemina anche un grande vantaggio salutistico sia per le persone (miglioramento pure atmosferico interno, spiegato precedentemente) che per la tipologia di piante stesse (a cominciare dal melo, come abbiamo visto, sono tutte intertropicali, e quindi, proprio in questa biosfera interna, solo tornano a mai perdere le foglie, ma addirittura a produrre due volte all'anno ed in maniera scalare |di conseguenza praticamente continua|; inoltre le radici, rinforzate anche dalla fotosintesi mai interrotta, sono naturalmente in grado di fornire il nutrimento acquoso dalle sole profondità del terreno, a prescindere dalla pioggia |ovviamente, per il semplice principio dei vasi comunicanti, il livello idrico delle profondità del terreno sottostante l'igloo solare, o predetta cupola, è perfettamente identico a quello del terreno esterno, per cui nemmeno serve l'innaffiamento interno|);
- Nemmeno si uccide alcun animale (vertebrato o invertebrato, pluricellulare e non |ne esistono a miliardi per metro cubo di terra|), come succede per qualunque estrazione di minerale per ottenere case in qualsiasi tipo di muratura,

o per scavare case sotterranee, o per case utilizzanti parti di cadavere animale (come pelli, ossa, ecc.);

- Nemmeno uccide alcuna pianta |nè arborea, nè arbustiva, nè erbacea| come succede per il legno, canapa, paglia, ecc.;
- è una struttura non solo autoportante, ma persino a parete unica, (ancora minimizzazione enorme del consumo di risorse);
- è la struttura totale che ha il più basso rapporto massa/volume addirittura tra tutte le costruzioni esistenti (massimo risultato volumetrico totale col minimo consumo di risorse in assoluto);
- è l'unico tipo di struttura esistente al mondo che aumenta persino la resistenza all'aumentare della dimensioni;
- è la struttura a massima anti-sismicità (massima resistenza strutturale ed elasticità molecolare);
- è la struttura persino a massima tenuta anti-uragano in assoluto (massima aerodinamicità e resistenza, tanto che anche negli Stati Uniti d'America si stanno approvando pure come strutture di protezione);
- è l'unico tipo di struttura al mondo che conferisce al suo interno le condizioni bioclimatiche e termiche più naturali per la specie umana (proprio per questo motivo, si usa anche sia nei paesi nordici per la crezione di stupende biosfere tropicali |con all'interno fino persino intere foreste tropicali|, e addirittura come progetti spaziali più evoluti di ricreazione della biosfera terrestre antropica su altri pianeti, ecc.), tramite, ad esempio:

  > l'attraversamento parietale totale della luce solare;

  > l'innesco dell'effetto serra, con produzione massima possibile di calore (fondamentale d'inverno), e addirittura di origine solare diretta, costituendo, quindi, l'impianto di riscaldamento per abitazione umana più evoluto ed ecologico esistente al mondo;

  > il mantenimento massimo, sia diurno che notturno, del calore attraverso il doppio strato con intercapedine a camera d'aria (che ha il coefficiente di isolamento termico tra i massimi livelli esistenti al mondo, molto oltre il legno e persino il sughero stessi);

  > l'isolamento termico della camera d'aria è enormemente potenziato dalla postdetta struttura termodinamica dell'igloo solare che porta l'aria calda interna in salita a riscaldare prima proprio la camera d'aria (il contemporaneo contatto parietale interno dell'aria calda in salita non consente nemmeno la formazione di condensa);

  > il mantenimento del calore interno è decisamente potenziato anche dal famoso effetto termo-iglooico (che è il motivo principale per cui la forma ad igloo si usa proprio per i freddi glaciali più estremi in assoluto), cioè il fenomeno termodinamico per cui l'aria calda in salita, curvando per effetto delle pareti dell'igloo ritorna subito verso il basso (cioè proprio dove il calore ci serve di più, ostacolando contemporaneamente la perdita termica dall'alto) conferendo pure un'ottima temperatura omogenea;

  > essendo una sala comune, la produzione di calore è potenziata anche dal numero dei calori corporei stessi, ognuno dei quali corrisponde tecnicamente ad una stufa da oltre 150 Watt;

  > esclusivamente in un igloo solare, se serve, il calore solare, proprio in quanto è diretto, è potenziabile semplicemente con un impianto termoaccumulatore (riscaldamento a volano idrogeotermico):

  ad esempio, un insieme di cisterne verticali (quindi a cessione termica notturna duratura) da circa 300 litri, piene d'acqua (liquido con capacità termica ai massimi livelli), poste sotto (di una decina di centimetri) il predetto pavimento naturale interno (dalla circonferenza perimetrale fino al centro, in maniera più o meno omogenea, a seconda del calore desiderato), le quali, di giorno, fungono da accumulatori di calore (da effetto serra potenziato dal calore geotermico naturale stesso), e, di notte, ricedono gradualmente il calore accumulato, il quale, siccome va naturalmente verso l'alto, riscalda l'intero igloo solare proprio dal pavimento sul quale si può domire (calore sempre decisamente potenziato dal predetto effetto termo-iglooico, in sinergia anche con l'isolamento termico del doppio strato a camera d'aria);

  > per climi molto freddi, se serve, si può usare un triplo predetto strato del materiale tipo plexiglass (quindi con doppia camera d'aria interna), che, inoltre, è ancora maggiormente potenziato dalla predetta struttura termodinamica;

(in caso serva ulteriore calore, si può aggiungere un impianto solare-termico: dei pannelli solari-termici esterni |con boiler e termostato, a trasporto idrico passivo| poggiati di fianco, ed una tubazione di poco sotterranea |anche 5 centimetri| per tutta la superficie pavimentale interna; in alternativa |o, se ancora serve, in ulteriore aggiunta| si può usare un impianto geotermico |orizzontale o verticale, con pompa di calore ad energia solare|, sempre collegato alla predetta tubazione sotto-pavimentale interna; l'impianto geotermico è ottimo anche perchè, mentre d'inverno |o estate notturna| serve per riscaldare, d'estate diurna soleggiata, nel caso di troppo calore, può rinfrescare l'ambiente interno |anche se d'estate diurna soleggiata normalmente si sta all'aperto|);

> ecc.

- ecc.

(Su internet si possono trovare ditte che producono la struttura in plexiglass o analoghi trasparenti, anche su progetto del cliente). (In alternativa, ma solo come seconda ipotesi, esistono delle strutture a semisfera trasparente |come la cupola geodetica panorama|, con materiale tipo telo spesso trasparente |che va richiesto doppio con camera d'aria|, sorretto da un telaio |tubulare disposto a rete|).

(Per legge, e anche in realtà, sia l'igloo solare che la cupola geodetica panorama sono serre |è la tipologia di serra talmente più tecnicamente avanzata, che può, e, in zona extratropicale deve, viverci, e proprio esattamente col massimo della comodità, pure la specie umana|, e, di conseguenza, non avendo collegamenti con strutture in cemento, non necessitano di autorizzazione; anche perchè in entrambe, come predetto, vanno posti almeno alcuni alberi di mele rosse stark, che, in tale biosfera ricreante il loro clima specie-specifico, mai perdono le foglie ed effettuano due produzioni scalari all'anno).

(Comunque è ovvio che, come per gli ecovillaggi e le società naturali, almeno la maggior parte del tempo si trascorre all'aperto)]; questo IGLOO SOLARE è una fantastica soluzione tecnica che, nella prima fase, cioè di ecovillaggio, funge da sala comune, mentre nella seconda fase, cioè di società naturale, funge da unica struttura abitativa;

- una volta disposte le casette mobili e l'igloo solare centrale, si è già creato l'ECOVILLAGGIO; questa prima fase, cioè appunto di ecovillaggio, va fatta durare solo per il periodo in cui gli abitanti attraversano la transizione FRUTTARIANA; [in questa fase si possono anche ospitare dei tendenti fruttariani, oltre che nella sala comune, pure con delle roulotte degli ospiti stessi (in numero non superiore ad una decina), sempre poste in modo meno visibile possibile e specialmente verniciate di verde];

- a mano a mano che gli abitanti giungono al MELARISMO, e, quindi, con l'azzeramento totale dei complicatissimi bisogni indotti, specialmente neurotrasmettitoriali, determinati da una "alimentazione" inadatta alla nostra specie, possono finalmente andare a vivere tutti insieme nell'igloo solare, dove, specialmente per un melariano, per dormire è sufficiente un sacco a pelo sul prato pavimentale, vendendo la propria casetta mobile ad altri ragazzi che stanno iniziando, a loro volta, la prima fase di ecovillaggio su un altro terreno (agevolando così anche la formazione di altri ev-sn vicini, fondamentali per la compagnia; conviene agevolarli anche creando su internet dei progetti di altri ev-sn vicini, con il metodo relativo alla colletta predetta, ad esempio da 1000 euro ciascuno, a cui possono partecipare anche gli abitanti stessi dei primi ev-sn della zona);

  quando tutte le casette mobili sono vendute, e rimane, oltre allo stupendo meleto, come struttura artificiale, solo l'igloo solare, inizia così la seconda fase, cioè la più fantastica delle avventure per una persona, che è proprio quella finalmente della SOCIETA' NATURALE;

  in un terreno simile, dove si è riformato lo stupendo ecosistema antropico, è ovvio che la maggior parte del tempo si passa all'aperto, potendo godere finalmente della natura adatta alla specie umana (in attesa di poter vivere un giorno in una società naturale intertropicale, dove normalmente non serve nemmeno l'igloo solare, perfezionando così totalmente l'ecosistema antropico);

  come predetto, l'ulteriore cosa meravigiosa della società naturale, e quindi anche della ev-sn, è anche il fatto che (pure fin dalla prima fase ecovillagica dell'ev-sn), il terreno è aperto a tutto il mondo, e questo consente, oltre che la fantastica compagnia di qualsiasi tendente melariano di ogni parte del pianeta, anche il poter cambiare, provvisoriamente o definitivamente, la società naturale dove si vive (pure viaggiando), essendo ovviamente tutte le società naturali del mondo ugualmente aperte (grazie proprio all'intestazione di ognuna alla fondazione GSN; sempre grazie ad essa, quindi, ognuno sarà libero non solo di girare anche tutto il mondo assolutamente gratis, ma, specialmente quando la concentrazione di ev-sn sarà sufficiente, di farlo totalmente a piedi)

Considerazioni URBANISTICO-COMPARATIVE di base

Come si può notare dalle stesse definizioni urbanistiche, i primi 4 modelli insediativi [villaggio, città (o paese), (vita in) campagna, (la) comune] sono espressioni AD IMPOSTAZIONE DI BASE DEL TUTTO IDENTICA, dello stesso MODELLO STRUTTURALE E SOCIALE PRIMITIVO POST-GLACIALE, cioè, basilarmente

ASSOLUTAMENTE IDENTICHE a quello del NUCLEO INSEDIATIVO CAVERNICOLO

nato 1,8 milioni di anni fa, per effetto della prima glaciazione, in cui gli abitanti, distribuiti in diverse CAVERNE della stessa zona, univano lavorativamente (LAVORO COLLETTIVO CENTRALIZZATO) i loro sforzi disperati per poter SOPRAVVIVERE procacciandosi elementi ecosistemici ASPECIFICI [OGGI DEL TUTTO ERRONEAMENTE DETTI "CIBO" (diverso da mela)].

Quindi, a rigore, LA POPOLAZIONE MONDIALE (eccetto gli ecovillaggi e le società naturali), ANCORA OGGI, VIVE IN MODELLI INSEDIATIVI A STRUTTURA DI BASE ANCORA PERFETTAMENTE CAVERNICOLA (POST-GLACIALE), cioè, come abbiamo già analizzato, con i 3 PARAMETRI URBANISTICI DI BASE (dei modelli insediativi) (l'unico PARAMETRO CAUSALE con i 2 parametri-effetto principali) perfettamente dettati SOLO ED ESCLUSIVAMENTE dalla DISPERAZIONE POST-GLACIALE:

1) "ALIMENTAZIONE" ancora onnariana, vegetariana, vegan, o vegan-crudista (con percentuali diverse a seconda dell'area geografica), tipiche espressioni di una specie animale primatica ANCORA COMPLETAMENTE SPAESATA dall'assestamento ecosistemico globale post-glaciale assestamento che, però, ora ha stabilizzato il suo assetto termico ed ecosistemico fondamentale;

2) ATTIVITA' UMANA che comprende ancora il cosiddetto "lavoro", tipico proprio di una specie animale ancora nella

   PIU' ASSOLUTA DISPERAZIONE E CONFUSIONE POST-GLACIALE,

   l'ATTIVITA' PIU' DANNOSA proprio per una specie al massimo livello di evoluzione biochimica (l'unica pluricellulare perfettamente in asse col CICLO H) e di conseguenza proprio

   LA SPECIE PIU' BIOLOGICAMENTE E BIOFISICAMENTE OPPOSTA AL CONCETTO STESSO DI "LAVORO"

   ["lavoro" deriva da "labor" che significa esattamente "FATICA" ("SFORZO"), quindi, tecnicamente, "STRESS"], proprio in quanto IL CICLO H DI CUI SIAMO ESPERESSIONE, rappresenta, invece, del tutto all'opposto, L'INCARNAZIONE PERFETTA DEL PRINCIPIO STESSO DELLA MINIMA ENERGIA, CHE E' L'ESATTO OPPOSTO BIOFISICO ASSOLUTO PROPRIO DELLA"FATICA" E, QUINDI, DEL "LAVORO".

3) ASSETTO ABITATIVO che comprende strutture cosiddette "abitative" ancora in MURATURA (ESATTAMENTE COME LE CAVERNE), costituite di un materiale assolutamente NON RINNOVABILE e anche A PESSIMO IMPATTO AMBIENTALE GENERALE (a cominciare pure dal disboscamento totale o massacro di numerosissime altre piante per creare le cave, piante in numero ENORMEMENTE MAGGIORE di quelle vecchie e immediatamente sostituite relative alle unità abitative in legno) nemmeno termoisolanti, dispendiosissime in termini di risorse, anche sia per riscaldarle d'inverno, che per rinfrescarle d'estate, modello strutturale che SE FOSSE UTILIZZATO DA TUTTI GLI OLTRE 7 MILIARDI DI PERSONE sul pianeta, a livello di materie prime stesse NEMMENO BASTEREBBERO 4 PIANETI, e , già oggi MODELLO STRUTTURALE DEL TUTTO INSOSTENIBILE, anche con i massacranti DANNI AMBIENTALI, LOCALI E GLOBALI, che conosciamo;

Come se tutto ciò fosse poco, la struttura dell'attività primitiva (il cosiddetto "lavoro") degli attuali modelli insediativi principali (a cominciare proprio dalla città e campagna), è ancora quella PIU' DISASTROSA IN ASSOLUTO PER LA SPECIE UMANA, cioè del lavoro collettivo centralizzato, in cui

OGNI I NDIVIDUO DELLA SPECIE E' COMPLETAMENTE SCHIAVIZZATO ALLA PIU' ALLUCINANTE DURATA LAVORATIVA ANNUALE, cioè, mediamente, 11 MESI SUI 12,

di, invece, ASSOLUTA LIBERTA' che la NATURA aveva concesso SPECIALMENTE ALLA NOSTRA SPECIE.

Quindi, a rigore scientifico, MAI E' IL cosiddetto "POTERE" CHE CI SCHIAVIZZA (anche perchè non solo pure i massimi politici e i massimi imprenditori sono costretti a lavorare, ma addirittura persino con responsabilità molto maggiori), MA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE, come abbiamo già analizzato, IL MODELLO DI PRODUZIONE "ALIMENTARE" MONDIALE, che è basato ancora su una "ALIMENTAZIONE" INADATTA ALLA NOSTRA SPECIE, che innesca una ALLUCINANTE REAZIONE A CATENA DI PROBLEMI, iniziata UNICAMENTE DA ESSA, che letteralmente CREA (direttamente o indirettamente) ASSOLUTAMENTE TUTTI GLI ALTRI PROBLEMI ESISTENTI SULL'INTERO PIANETA,

dalle malattie, alla distruzione ambientale, alla più tremenda e vera SCHIAVITU' ASPECIFICA CHIAMATA ANCORA "LAVORO", ecc.

Di conseguenza, il VERO POTERE lo ha OGNUNO DI NOI su se stesso, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE NELL'ESATTO MOMENTO IN CUI DECIDE LA PROPRIA ALIMENTAZIONE, almeno FRUTTARIANA, da adottare per il resto della sua vita, visto anche che UNICAMENTE QUESTO gli può consentire di effettuare i due succesivi passi descritti da questo testo,

GRUPPO almeno FRUTTARIANO ed ECOVILLAGGIO/SOCIETA' NATURALE, gli unici che gli possono dare (se effettuati esattamente nei modi spiegati) LA DEFINITIVA USCITA DAL SISTEMA ANCORA TOTALMENTE SCHIAVISTA cosituito dall'attuale modello di sviluppo globale.

Dunque, il "POTERE" (lo dice il termine stesso, infinito presente della forma "io posso"), non è assolutamente una entità sopra di noi, nè tanto meno una entità da combattere, ma del tutto semplicemente

LA PIU' FACILE (solo ed esclusivamente se attuata nei modi descritti da questo testo) E ADDIRITTURA BANALE DELLE NOSTRE SCELTE DEL TUTTO PERSONALI: rimettersi personalmente IN ASSE con la nostra NATURA di specie EVOLUTA,

A COMINCIARE DAL CARBURANTE CHE INTRODUCIAMO NELLA NOSTRA BOCCA,

che, se è quello GIUSTO (quello, cioè, già PERFETTAMENTE PROGETTATO, addirittura in MOLTI MILIONI DI ANNI, dalla NATURA), è L'UNICA COSA AL MONDO ad avere una POTENZA (come abbiamo analizzato) ADDIRITTURA INFINITA (è la natura stessa che agisce),

che, con una FACILITA' E VELOCITA' CHE SORPRENDERA' DEL TUTTO ADDIRITTURA NOI STESSI, RISOLVERA' COMPLETAMENTE

(consentendoci anche gli altri due suddetti passi) in maniera quasi miracolosa, gradualmente,
MA ASSOLUTAMENTE TUTTI, I NOSTRI PROBLEMI PERSONALI (dalla salute, ai rapporti interpersonali, alla schiavitù del lavoro e dai primitivissimi soldi, ecc.).

In altri termini, IL POTERE mai è sopra di noi, ma E' ASSOLUTAMENTE DENTRO DI NOI: IL POTERE E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE LA NOSTRA SCELTA ALIMENTARE PERSONALE ALMENO FRUTTARIANA (sostenibile).

CONCLUSIONE URBANISTICO-COMPARATIVA di base

Di conseguenza a tutto ciò, L'UNICO MODELLO INSEDIATIVO ADATTO ALLA SPECIE UMANA,

e, quindi, perfettamente compatibile col soddisfacimento più completo e totale di tutte le sue esigenze, individuali e collettive, è SOLO ED ESCLUSIVAMENTE la SOCIETA' NATURALE (inter-tropicale).

Essa, come accennato, dapprima inizia con terreni separati sparsi per il pianeta, poi, man mano che diventano sempre più numerosi, si infittiscono, fino ad unirsi completamente a formare

UNA UNICA SOCIETA' NATURALE IN TUTTO IL PIANETA.

Dunque, l'ideale, per chi si sente pronto, è, ovviamente, iniziare subito con la SOCIETA' NATURALE, ma, per chi avesse bisogno di una eventuale fase transitoria, si può avere solo sostituendo gradualmente l'attuale rete mondiale di città con la molto più avanzata RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI (GEN), che costituisce la fase di SOCIETA' SOSTENIBILE,

[ogni gruppo di una decina di persone fondando il proprio ecovillaggio (ma solo ed esclusivamente con le caratteristiche descritte in questo testo), ed aiutando altri gruppi a fare altrettanto nelle vicinanze, a formare una rete di ecovillaggi], e, poi, attraverso la quale, (ma specialmente in maniera contemporanea con l'inizio della SOCIETA' NATURALE, con la quale anche chi abita in ecovillaggio può cominciare a passare dei periodi sempre più lunghi nelle società naturali, in modo da riassestare dentro se stessi un equilibrio naturale tale che gli consente poi, anche in tempi brevi, di vivere in una società naturale in maniera definitiva) si giungerà, finalmente, al RIAVANZAMENTO E PERFEZIONAMENTO TOTALI DELLA SOCIETA', verso L'ULTIMA EVOLUTISSIMA FASE, cioè uno stupendo ASSETTO DELLA SOCIETA' ADATTO ALLA SPECIE UMANA, la fase di SOCIETA' NATURALE inter-tropicale (completamente deartificializzata), e, quindi, in cui ogni persona potrà trovare quella ARMONIA CONTINUA CON SE STESSO, CON GLI ALTRI E CON LA NATURA, che chiamiamo FELICITA'.

Urbanistica comparata tra COMUNE ed ECOVILLAGGIO;

ERRORE DISASTROSO fondamentale che ha portato al FALLIMENTO DEL 99% DEGLI "ECOVILLAGGI" nel mondo: CONFONDERE LA COMUNE CON L'ECOVILLAGGIO

Nonostante la COMUNE e l'ECOVILLAGGIO siano, come abbiamo visto (anche dalle definizioni urbanistiche stesse), DUE COSE ASSOLUTAMENTE DEL TUTTO OPPOSTE, la gente si ostina affannosamente A FARE DELLE COMUNI CHIAMANDOLE "ECOVILLAGGI"

confondendole, anche concettualmente, con essi, e, di conseguenza, FALLISCONO COMPLETAMENTE, in media dopo circa tre anni (documentato ormai anche da tutti i testi inerenti le comunità di tutti i tipi, da quelle più antiche, comprese quelle famose ottocentesche, a quelle più moderne, fino ad oggi, oltre che dalle esperienze dirette di innumerevoli persone in tutto il mondo), proprio esattamente per il semplicissimo fatto che NEMMENO SONO ECOVILLAGGI MA SONO COMUNI.

Infatti, mentre la comune altro è che la brutta copia della città, più esattamente la PESSIMA COPIA DELLA CITTA',

dove tutti i suoi abitanti vivono tutti ancora una IMPOSTAZIONE STRUTTURALE SOCIALE dettata da un sistema alimentare e di produzione alimentare DA ONNARIANO FINO A VEGAN-CRUDISTA, cioè con una struttura sociale basata sul PRIMITIVISSIMO cosidetto "lavoro" OBBLIGATORIO, e per di più ancora assolutamente CENTRALIZZATO, esattamente come una FABBRICA O UFFICIO DI CITTA', tipo "orto comune", "campo agricolo comune", ecc., l'ECOVILLAGGIO è, del tutto al contrario, proprio il MODELLO INSEDIATIVO PIU' VICINO IN ASSOLUTO ALL'ECOSISTEMA NATURALE PERFETTAMENTE ADATTO ALLA SPECIE UMANA, dove i suoi abitanti vivono tutti una IMPOSTAZIONE STRUTTURALE SOCIALE dettata da un sistema alimentare e di produzione alimentare MELARIANO, o almeno FRUTTARIANO SOSTENIBILE, cioè una struttura sociale AVANZATISSIMA, basata sul RELAX, svago e divertimento, e dove la quasi nulla attività "lavorativa" mai è obbligatoria, essendo del tutto FACOLTATIVA, e addirittura MAI E' CENTRALIZZATA, quindi è sia assolutamente INDIPENDENTE DAGLI ALTRI, e sia COMPLETAMENTE LIBERA (da orari o qualsiasi altro obbligo);

Inoltre, l'ecovillaggio è dotato di una STUPENDA AREA COMUNE (anche perchè libera da vincoli lavorativi), più grande del singolo giardino di ogni villetta personale (o familiare), sulla quale è posta una BELLISSIMA SALA COMUNE, entrambe (area e sala) dedicate proprio e UNICAMENTE ALLO SVAGO E DIVERTIMENTO di tutti gli abitanti dell'ecovillaggio stesso e di tutti gli eventuali ospiti (tipo relax, feste, cene, musica, ballo, raduni tra i vari ecovillaggi della rete di ecovillaggi stessa, ecc.).

Ora la domanda fonamentale è: perchè, prima o poi, tutte le comuni FALLISCONO ASSOLUTAMENTE SEMPRE?

E perchè, del tutto al contrario, gli ECOVILLAGGI (quelli veri, cioè strutturati come descritto in questo testo) MAI FALLISCONO, ma addirittura stanno diventando IL MODELLO E L'ESEMPIO INSEDIATIVO PIU' SOCIALMENTE SOSTENIBILE ED ECOLOGICO (sempre, ovviamente, dopo la società naturale, che va infinitamente oltre la "sostenibilità" ed "ecologia") a tal punto da essere stati definiti, proprio dalla Commissione dello sviluppo sostenibile dell'ONU stessa, la "punta di diamante più avanzata di tutto lo sviluppo sostenibile"?

La risposta è molto semplice:

LE COMUNI FALLISCONO SEMPRE, per il semplicissimo motivo che costituiscono UNA "STRUTTURA ECOSISTEMICA" DEL TUTTO NON ADATTA ALLA SPECIE UMANA; sembrano, infatti, pensate, progettate e realizzate apposta proprio esattamente per arrivare il più velocemente possibile all' UNICA CAUSA DI FALLIMENTO DI TUTTE LE COMUNI

mai esistite sull'intero pianeta: IL LITIGIO TRA I SUOI ABITANTI.

Infatti, per ogni COMUNE FALLITA ci potevano essere motivazioni diverse, sfumature diverse, dinamiche specifiche diverse, ma ASSOLUTAMENTE TUTTE, nessuna esclusa, prima o poi, sono arrivate sempre alla predetta

UNICA CAUSA DI FALLIMENTO, sempre addirittura noiosamente la stessa: IL LITIGIO.

Ora, cerchiamo di capire perchè

LA STRUTTURA GENERALE INSEDIATIVA STESSA DELLA COMUNE PORTA NECESSARIAMENTE SEMPRE ALLA DINAMICA DEL LITIGIO tra i suoi stessi componenti.

Urbanistica comparata tra COMUNE ed ECOVILLAGGIO;

la DINAMICA SOCIALE DEL LITIGIO nella specie umana all'interno del modello insediativo della COMUNE, viene innescata da 3 FATTORI FONDAMENTALI non solo assolutamente precisi, ma addirittura del tutto STRUTTURALI:

1) STRUTTURA ALIMENTARE;
2) struttura abitativa;
3) struttura lavorativa.

Comparazione con le strutture analoghe dell'ECOVILLAGGIO Vediamo, ora,

I 3 FATTORI FONDAMENTALI DI INNESCO DEL LITIGIO, INTRINSECI NELLA STRUTTURA STESSA DELLA COMUNE,

comparati con le strutture analoghe dell'ecovillaggio:

1) **Comparazione STRUTTURALE ALIMENTARE** tra comune ed ecovillaggio Al primo posto in assoluto, come FATTORE FONDAMENTALE DI LITIGIO,c'è la tipologia di ALIMENTAZIONE e di sistema di produzione alimentare,

BASE TOTALE DEL TUTTO ESSENZIALE DI QUALSIASI MODELLO INSEDIATIVO

[visto anche che l'unica cosa obbligatoria per ogni persona (a parte i respirariani) è solo ed esclusivamente quella di mangiare], che la comune ha sempre impostato in modo del tutto ASPECIFICO ed INNATURALE proprio per la specie umana: cioè di tipo onnariano, vegetariano, vegan, o vegan-crudista, e quasi mai fruttariano o melariano (cioè semplicemente NORMALE per la specie umana).

E' DEL TUTTO SUFFICIENTE questo solo semplicissimo dato di fatto a letteralmente addirittura

DEVASTARE VELOCISSIMAMENTE L'EQUILIBRIO SIA FISICO CHE MENTALE DELL'INTERA COMUNITA': in primo luogo, come predetto, L'ALIMENTAZIONE ASPECIFICA determina la produzione prevalente di NEUROTRASMETTITORI CATECOLAMINICI, tipica del COMPORTAMENTO NERVOSO E LITIGIOSO,

ed in secondo luogo,

IL SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE NON FRUTTARIANO E' SEMPRE ESTREMAMENTE PIU' COMPLESSO DI QUELLO FRUTTARIANO

[come nell'ecovillaggio, a cui, infatti, basta un semplicissimo e piccolo frutteto per ogni persona (o famiglia), il quale produce comunque (specialmente con l'innesco dell'ecosistema antropico, come abbiamo visto), anche addirittura SENZA IL BENCHE' MINIMO INTERVENTO UMANO, lasciando persino quasi tutto il tempo ad ogni persona per potersi finalmente non solo dedicare a tutti i suoi più appassionanti interessi, ma anche per potersi rilassare e divertirsi più spesso, anche con gli altri, e, con la salute perfetta di base data dal melarismo, o fruttarismo, arrivando gradualmente, col tempo, alla felicità].

Nella comune, invece, questa COMPLESSITA' ESTREMA del SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE NON FRUTTARIANO,

porta necessariamente, come minimo, a MOLTO PIU' LAVORO QUOTIDIANO, sia fisico che mentale,

(tra l'altro come tutti i SISTEMI COMPLESSI, avendo un numero di variabili impreviste estremamente più alto, porta subito necessariamente ad un NUMERO ENORMEMENTE PIU' ALTO DI PROBLEMI NON FACILI DA RISOLVERE),

IL MOLTO PIU' LAVORO QUOTIDIANO DETERMINA MOLTO MAGGIORE STRESS,

sempre sia fisico che mentale, il quale, a sua volta porta, col tempo, giorno dopo giorno, settimana dopo settimana, mese dopo mese, ad una TENSIONE PSICOLOGICA DI SOTTOFONDO che sfocia nel sempre

MOLTO MAGGIORE NERVOSISMO ADDIRITTURA LATENTE IN OGNI AZIONE,

a tal punto che anche in assenza degli altri ogni persona litigherebbe addirrittura da sola, proprio per

SCARICARE I NERVI DALLA LORO TENSONE ESTREMA, giunta ormai al PIU' TOTALE LIMITE DI CARICO CATECOLAMINICO, costituito proprio esattamente dagli

UNICI NEUROTRASMETTITORI DEL CERVELLO IN GRADO DI RIUSCIRE DEL TUTTO A FARCI LITIGARE,

anche con una mosca, figuriamoci con la prima persona che ci capita a tiro (è un fenomeno assolutamente non solo INVOLONTARIO, ma addirittura NEUROINDOTTO e NEUROAUTOMATICO).

Insomma, superata per ognuno la SUA DIVERSA SOGLIA DI CARICO NEUROTRASMETTITORIALE, al minimo pretesto in assoluto

IL LITIGIO E' PERFETTAMENTE ASSICURATO,

ma (siccome la causa di SOVRACCARICO NEUROFISICO rimane ed è persino sempre maggiore)

E' OGNI GIORNO SEMPRE PIU' FORTE, sino a poter sfociare addirittura nella violenza. Basterebbe solo ed esclusivamente questo primo massacrante motivo per portare al LITIGIO SICURO e, quindi,

FALLIMENTO SICURO UNA INTERA COMUNE,

ma sembra come se le comuni, insufficientemente appagate di ciò, abbiano voluto escogitare ed applicare sempre anche addirittura gli altri 2 seguenti fondamentali grandi motivi di litigio sicuro.

2) Comparazione STRUTTURALE ABITATIVA tra comune ed ecovillaggio

Secondo FATTORE FONDAMENTALE DI LITIGIO è proprio esattamente IL MODELLO INSEDIATIVO STRUTTURALE STESSO della comune:

la convivenza mediamente tra una decina di persone, in una struttura unica dove tutto lo spazio personale di ogni abitante E' SOLAMENTE UNA STANZA,

con ovviamente cucina e bagni in comune (e nemmeno si può usare il modello di struttura ad AMBIENTE UNICO della società naturale extratropicale, dove lo spazio personale di ogni abitante è TOTALE, in quanto l'ALIMENTAZIONE ASPECIFICA crea un'enormità di COMPLESSI PROBLEMI e BISOGNI INDOTTI, dall'eventuale russare alla necessità di numerosi oggetti ed attività del tutto personali,

CHE COSTRINGONO ALLA DIVISIONE DELLA STRUTTURA UNICA IN STANZE).

E' a tutti arcinoto quanto sia difficile una convivenza in STRUTTURE DI QUESTO TIPO, anche tra due sole persone, addirittura pure di una coppia che si ama alla follia,

(anche la maggior parte delle quali finiscono statisticamente con SEPARAZIONI LITIGIOSISSIME, persino in tribunale), possiamo, quindi, immaginarci quanto possa essere difficile, a volte addirittura allucinante, una convivenza in strutture di questo tipo TRA PIU' DI DUE PERSONE: per ognuna in più rispetto a due,

LE COMPLICAZIONI AUMENTANO IN MANIERA PERSINO ESPONENZIALE.

Sarebbe, quindi, sufficiente anche solo ed esclusivamente QUESTA IMPOSTAZIONE STRUTTURALE ABITATIVA per portare al LITIGIO estremamente probabile anche solo tre persone, figuriamoci una DECINA di persone.

E' anche per questo motivo che, ESATTAMENTE AL CONTRARIO RISPETTO ALLA COMUNE, l'ECOVILLAGGIO attua un modello insediativo strutturale del tutto basato, invece, sulla LIBERTA' ED INDIPENDENZA di base PIU' TOTALE di tutti i suoi abitanti:

una INTERA VILLETTA con INTERO GIARDINO PER OGNI PERSONA (o famiglia),

proprio per fare in modo che ogni abitante abbia IL PIU' TOTALE POSSIBILE CONFORT PSICOFISICO, TUTTE LE COMODITA' POSSIBILI (addirittura estremamente più alte della stessa primitivissima città) e tutto lo SPAZIO PERSONALE ESSENZIALE INTERNO ED ESTERNO, assolutamente fondamentale prima di tutto per il suo stesso equilibrio psichico.

Inoltre, per gli INDISPENSABILI momenti di SVAGO ASSOLUTO E SPENSIERATO, sempre DEL TUTTO CONTRARIAMENTE ALLA COMUNE,

l'ECOVILLAGGIO presenta non solo UN'INTERA AREA COMUNE dedicata SOLO ED ESCLUSIVAMENTE al

SUDDETTO SCOPO, tipo grande giardino comune, ma anche UN'INTERA SALA GRANDE COMUNE, sempre ESCLUSIVAMENTE per il SUDDETTO SCOPO (tipo relax, feste, cene, musica, balli, raduni con anche altri ecovillaggi della rete, ecc.).

E' proprio questo EQUILIBRIO CONTINUO TRA PROPRIA AREA PERSONALE ED AREA COMUNE

(quindi tra SPAZIO PERSONALE E SPAZIO COLLETTIVO), seguendo solo ed esclusivamente i propri desideri e i propri tempi, per ognuno diversi, che porta ogni abitante dell'ECOVILLAGGIO alle massime possibili SERENITA' E FELICITA'.

3) Comparazione STRUTTURALE LAVORATIVA tra comune ed ecovillaggio

Terzo FATTORE FONDAMENTALE DI LITIGIO è il MODELLO LAVORATIVO della comune: anche sull'impostazione lavorativa, infatti, sembra che la comune si sforzi sempre a persistere assolutamente sempre, a tutti i costi, sul SISTEMA PIU' INFALLIBILE che esiste al mondo per (prima o poi) portare al più COMPLETO FALLIMENTO L'INTERA COMUNE: IL LAVORO COMUNE.

La comune ha talmente profondamente insito dentro se stessa il concetto di "lavoro comune" che lo ha inserito addirittura intrinsecamente nel suo stesso nome: il termine "COMUNE" deriva, infatti, esattamente da "cum"=insieme e "munis"=lavoro, cioè proprio, letteralmente, "LAVORO COMUNE".

Ignorandolo, quindi, lo STESSO NOME che titola il modello insediativo della COMUNE CONTIENE GIA' PROPRIO IN SE STESSO la sua terza fondamentale CAUSA DI FALLIMENTO: il LAVORO COMUNE.

Quindi, LA COMUNE E' GIA' FALLITA PRIMA ANCORA DI INIZIARE, DAL MOMENTO ESATTO STESSO IN CUI LA SI CHIAMA COMUNE E LA SI STRUTTURA ED ORGANIZZA COME TALE.

Un ERRORE FONDAMENTALE DELLA COMUNE (ma anche di tutti gli altri modelli insediativi a struttura primitiva postglaciale, compresa la città): IGNORARE LA NEGATIVITA' ESTREMA DEL CONCETTO STESSO DI LAVORO

L'errore fondamentale lo indica direttamente l'etologia moderna applicata alla specie umana: da quando è nata la vita stessa 4 miliardi di anni fa, tutti i sistemi organici, sotto forma di animali e piante, hanno sempre teso enormemente verso il CICLO H, per il loro semplice dovere fisico e biochimico di soddifare il PRINCIPIO DELLA MINIMA ENERGIA.

Ovviamente, con l'ultima versione organica del ciclo H, la più evoluta in assoluto, i primati frutivori, tra cui la specie umana, hanno toccato finalmente proprio l'APICE della "SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA": il "NON LAVORO" ASSOLUTO.

Per la prima volta, infatti, nell'intera storia evolutiva degli organismi pluricellulari, I PRIMATI ANTROPOMORFI, MA ANCORA DI PIU' LA SPECIE UMANA,[che nemmeno deve arrampicarsi sull'albero per raccogliere il frutto come tutti gli altri primati (in quanto è nata tra struttura arboree a basso fusto, con i piedi a locomozione da terra)],

MAI DEVONO "LAVORARE" PER VIVERE, NE' TANTO MENO PER MANGIARE, in quanto QUANDO HANNO FAME HANNO GIA' I FRUTTI PERFETTAMENTE PRONTI SULL'ALBERO SPECIE-SPECIFICO, già perfettamente alla loro altezza.

La SPECIE UMANA (e ciò vale anche, in misura minore, per gli altri primati fruttivori) è, quindi, LA PRIMA SPECIE PLURICELLULARE DELL'INTERO PIANETA, è la biochimicamente più evoluta, per cui il concetto stesso di "lavoro" DEL TUTTO INNATURALE ma addirittura ESTREMAMENTE DANNOSO, e, col tempo, persino ASSOLUTAMENTE MORTALE.

Di conseguenza, L'UNICA ATTIVITA' NATURALE DELLA SPECIE UMANA E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE quello che, in termini moderni, si può definire GIOCO (naturale)

(intendendo per esso qualsiasi dinamica di svago naturale, spensieratezza, divertimento naturale, contemplazione e godimento della natura, la stupenda interazione spensierata e allegra con le altre persone, in altre parole il semplicissimo GODERSI NATURALMENTE LA VITA).

La parola "lavoro" è proprio la parola più DEVASTANTE e DISTRUTTIVA che la specie umana ha dovuto provvisoriamente introdurre dopo le glaciazioni, proprio (come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna) per la assoluta DISPERAZIONE della stessa estrema difficoltà di SOPRAVVIVENZA IN CARENZA DI FRUTTA.

E' ovvio, quindi, che quanto più il concetto stesso di "lavoro" si TOGLIE da un modello insediativo, tanto più quest'ultimo si avvicina alla DINAMICA SOCIALE NATURALE della specie umana, e, dunque, tanto più si alzeranno anche le probabilità di ARMONIA tra i componenti, e, in definitiva, di SUCCESSO DELL'INSEDIAMENTO STESSO. Da questo banalissimo fatto si capisce meglio anche perchè la semplice non adozione di un modello alimentare melariano o fruttariano è la prima

causa di fallimento in assoluto di qualsiasi modello insediativo esistente al mondo (compresa la comune): proprio perchè aumentando in maniera addirittura esponenziale il carico di "lavoro" per ottenere la sola "alimentazione" innaturale della specie, si aumenta in maniera ancora più esponenziale il livello ecosistemico di energia persino intraspecifica, andando, quindi, contro tutti i principi della fisica e della stessa biochimica, a cominciare proprio da quello della minima energia, che pretende, invece, rigorosamente che qualsiasi SISTEMA MATERIALE, come anche quello UMANO, individuale o sociale, PER ESSERE MINIMAMENTE FUNZIONALE, mai disgregante, e quindi di successo, deve, a tutti i costi, costantemente essere a ENERGIA STRUTTURALE QUASI NULLA.

Sempre dal prima citato banalissimo fatto si capisce meglio, inoltre, il perchè la condizione strutturale del lavoro all'interno della comune sia così catastrofica ai fini della riuscita generale dell'insediamento: semplicemente perchè si è inserito il "MOSTRO ENERGETICO" del "lavoro" (cioè il PARAMETRO INTERPERSONALE PIU' INNALZANTE IL LIVELLO ENERGETICO di tutti i nostri sistemi strutturali biochimici, e, di conseguenza, IL PIU' DISTRUTTIVO PROPRIO DEI RAPPORTI INTERPERSONALI) esattamente nel posto più sbagliato in assoluto:

TRA LE PERSONE (della comune)
(addirittura tramite lo stesso massimamente distruttivo concetto del "lavoro comune"), portandole, proprio di conseguenza, prima o poi, DEL TUTTO NECESSARIAMENTE AL LITIGIO.

(Una precisazione: il lavoro non può "nobilitare" l'uomo per il semplice fatto che i nobili non lavorano; il detto giusto è: IL LAVORO DEBILITA L'UOMO).

Lavoro comune significa LAVORO DIPENDENTE (da tutti gli altri)

Il lavoro comune, infatti, nemmeno significa semplicemente lavorare insieme con gli altri (si possono infatti avere anche mansioni diverse, svolte in tempi diversi), ma significa la PEGGIORE ED INTERPERSONALMENTE PIU' DISTRUTTIVA SITUAZIONE: LAVORARE IN MANIERA DIPENDENTE (da tutti gli altri).

Questo significa che, per esempio, se un giorno per caso tu sei anche solo leggermente più lento (magari per semplice stanchezza) a svolgere un tuo compito lavorativo, e alla fine non riesci a terminarlo, se ciò determinerà un qualsiasi tipo di DISAGIO negli altri componeneti della comune, questi si sentiranno istintivamente (non per colpa loro, ma proprio esattamente per l'innaturalità estrema del lavoro comune) subito in diritto di FARTELO COME MINIMO PESARE, e a seconda del carattere personale, c'è chi lo farà meno, con un semplice "MUSO" (già MOLTO FASTIDIOSO), chi, anche dopo eventuali tue scuse, anche ripetute, CONTINUERA' A BORBOTTARE, chi, ancora peggio, CONTINUERA' A RIPRENDERTI, magari anche su altre cose, e chi (nel lavoro comune, prima o poi, capita sempre), può addirittura ALZARE LA VOCE (perchè magari ritiene di essere stato fortremente danneggiato da te).

Se questo capitasse solo una volta ogni qualche anno già sarebbe fortemente fastidioso, ma siccome nel lavoro comune tutto questo, e purtroppo anche di molto peggio, avviene SPESSISSIMO, e per i motivi più ESTREMAMENTE VARI, a volte persino non dipendenti dalla volontà di nessuno ma per semplici situazioni oggettive, ma sempre costantemente legati alla DIPENDENZA L'UNO DALL'ALTRO del lavoro comune, succede che, man mano che passa il tempo, LA TENSIONE INTERPERSONALE AUMENTA GRADUALMENTE MA INESORABILMENTE, giorno dopo giorno, settimana dopo settimana, mese dopo mese, fino ad un punto di TOTALE INSOSTENIBILITA' PSICOLOGICA dei componenti (dovuta proprio ai SEMPRE PIU' FREQUENTI LITIGI), fino ad una sofferta ma INEVITABILE ROTTURA DEFINITIVA DEGLI EQUILIBRI e persino dei rapporti interpersonali, e conseguente

DISGREGAZIONE, prima parziale e poi, come minimo quasi totale, DELL'INTERO GRUPPO DI PARTENZA.

Anche quando la disgregazione è inizialmente parziale e subentrano nuovi componenti, non solo il gruppo iniziale ha quindi fallito nel formare un insediamento stabile, ma cominceranno immediatamente ad innescarsi precise dinamiche dello stesso tipo anche nel nuovo gruppo così formatosi.

Siccome il "fallimento" di un insediamento si misura solo col parametro "felicità" dei suoi abitanti, e se un abitante si allontana per cause interne alla comune vuol dire che comunque era infelice, è urbanisticamente FALLIMENTO di un insediamento anche una sua DISGREGAZIONE PARZIALE (per cause interne).
(Quindi, anche quando si vuole sostenere che una comune "dura" da moltissimi anni, in realtà, se si analizzano le dinamiche sociali, si noterà sempre che, essendo le persone iniziali, nel complesso, sempre diverse da quelle finali, la comune, nei fatti, ha solo subito una
SERIE DI FALLIMENTI PLURIMI e addirittura periodici).

Dall'ipercollettivismo innaturale della comune al COLLETTIVISMO NATURALE dell'ecovillaggio

Dunque, la non considerazione della predetta etologia umana moderna, porta anche all' ENORME ERRORE DELLE COMUNI DELL'IPERCOLLETTIVISMO, cioè l'avere la produzione alimentare comune, la struttura abitativa comune, il lavoro comune, il COLLETTIVISMO NATURALE, cioè l'unico adatto alla specie umana, è proprio quello che riflette il nostro

ecosistema specie-specifico, che, invece è basato (come abbiamo visto), DEL TUTTO AL CONTRARIO, SULL'INDIPENDENZA ADDIRITTURA TOTALE dei suoi SINGOLI componenti.

Quindi, è proprio l'INDIPENDENZA NATURALE PERSONALE (alimentare, abitativa, lavorativa, ecc.), come avviene nell'ecovillaggio, l'unico parametro ecosistemico ASSOLUTAMENTE ESSENZIALE che (rendendo in perfetta armonia la collettività) può non solo consentire, ma addirittura rendere perfetto, il COLLETTIVISMO.

In primo luogo, essendo l'ecovillaggio l'unica organizzazione strutturale (anche in parte artificiale ma con MASSIMO EQUILIBRIO TRA AREE PERSONALI ED AREA COMUNE) che rende praticamente impossibile (o almeno, rendendolo al minimo, estremamente semplicemente risolvibile) il litigio,
in secondo luogo, consentendo finalmente AD EVITARE DI ESSER COSTRETTI A CONDIVIDERE I MOMENTI DI LAVORO O DI STRESS, in cui è quasi impossibile non arrivare a tensioni (specialmente col passar del tempo), e, allo stesso tempo, consentendo, totalmente al contrario, di CONDIVIDERE, esattamente come avviene in natura,

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE I MOMENTI DI SVAGO, divertimento, relax, allegria, ecc.,

e addirittura non solo anche con una intera zona dell'ecovillaggio, l'AREA COMUNE, dedicata a ciò, ma pure con una intera struttura presente proprio sull'area comune, la SALA COMUNE, anch'essa dedicata allo stesso scopo.

Nella comune l'IPERCOLLETTIVISMO (o "indipendenza" COLLETTIVA) porta all'INDIVIDUALISMO, nell'ecovillaggio l'indipendenza PERSONALE porta al COLLETTIVISMO

Anche per quanto riguarda l'indipendenza di base, quella alimentare, in natura tutto funziona per il motivo fondamentale CHE E' TUTTO MOLTO SEMPLICE:

in un qualsiasi branco animale (specialmente nei più evoluti, i mammiferi), compreso la nostra categoria dei primati, ogni individuo non ha assolutamente il benchè minimo ruolo di nutrire gli altri, nemmeno parzialmente, o NEMMENO DI CONTRIBUIRE ALLA NUTRIZIONE COLLETTIVA ("indipendenza" collettiva), ma, DEL TUTTO AL CONTRARIO, ha molto più semplicemente

IL RUOLO DI NUTRIRE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE SE STESSO (indipendenza INDIVIDUALE).

Ad esempio, un cavallo mangia l'erba, la "sua" erba (cioè quella che si sceglie), MA NON SI SOGNA NEMMENO LONTANAMENTE ANCHE DI PRENDERLA E PORTARLA AD UN SUO COMPAGNO, ognuno dei quali, a sua volta, fa esattamente lo stesso.

Un gorilla mangia la frutta, la "sua" frutta (cioè quella che si sceglie), MA NEMMENO SI SOGNA LONTANAMENTE ANCHE DI PRENDERLA E PORTARLA AD UN SUO COMPAGNO, ognuno dei quali, a sua volta, fa esattamente lo stesso.

Quindi, IN NATURA (specie la più evoluta), ESISTE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE L'INDIPENDENZA INDIVIDUALE (personale).

L'INDIPENDENZA INDIVIDUALE è sempre la conseguenza diretta del principio della MINIMA ENERGIA, e anche per questo motivo CONTEMPLA NESSUNO SPRECO DI ENERGIA, è SEMPLICE, PULITA, VELOCE, e serve, allo stesso tempo,

A MANTENERE SERENI E SPONTANEI I RAPPORTI INTERPERSONALI CON GLI ALTRI INDIVIDUI DELLA STESSA SPECIE.

Dunque, L'INDIPENDENZA PERSONALE E' L'UNICO MODO NATURALE, SPONTANEO ED ECOLOGICO DI VIVERE, PER SE STESSI E PER GLI ALTRI.

Il del tutto innaturale, specialmente proprio per la specie più evoluta come la nostra, tentativo di "indipendenza" collettiva, tipico del modello alimentare onnariano fino a quello vegan-crudista, NATO SOLO NELLA DISPERAZIONE POSTGLACIALE, è esattamente quello che PORTA AL CONCETTO DEL TUTTO INNATURALE DI "LAVORO", ma addirittura quello che

FALSA COMPLETAMENTE IL RAPPORTO INTERPERSONALE TRA TUTTI GLI INDIVIDUI DELLA NOSTRA SPECIE, portando, di conseguenza, A TUTTI I FENOMENI DI INCOMPRENSIONE RECIPROCA, sia all'interno dello STESSO GRUPPO (ad esempio, il fallimento delle comuni), che tra GRUPPI DIVERSI (ad esempio, l'enorme tensione tra classi sociali diverse nel sistema capitalistico), che tra POPOLI DIVERSI (ad esempio, la guerra). Quindi, tra i vari livelli di INCOMPRENSIONE RECIPROCA cambia solo il nome (fallimento, tensione sociale, guerra) MA LA CAUSA DI BASE RIMANE ESATTAMENTE SEMPRE ASSOLUTAMENTE LA STESSA: l'"INDIPENDENZA" COLLETTIVA.

Il motivo è molto semplice: l'"indipendenza" collettiva, in realtà, significa DIPENDENZA ASSOLUTA (interpersonale, cioè ognuno deve lavorare per la collettività, e, quindi, proprio tecnicamente, è letteralmente SCHIAVO DEGLI ALTRI,

anche perchè, a sua volta, da essi dipende), che è proprio esattamente l'opposto dell' INDIPENDENZA PERSONALE ASSOLUTA CHE DA BEN 4 MILIARDI DI ANNI AVEVA CON TANTA ACCURATEZZA PROGETTATO E RAGGIUNTO LA NATURA, per il semplicissimo raggiungimento del principio della minima energia, cioè della FELICITA'.

Anche per questo motivo, nè nel modello capitalistico, nè nelle comuni, il sistema nervoso della specie umana mai raggiunge la minima energia strutturale, e cioè la felicità.

Come sempre, per risolvere il problema E' SUFFICIENTE UMILMENTE COPIARE LA NATURA: RISTRUTTURARSI (da una del tutto primitiva e catastrofica "indipendenza" collettiva) VERSO UNA INDIPENDENZA PERSONALE, proprio quella tipica della felicità dell'ecovillaggio (e, ovviamente, ancora meglio, della società naturale).

Dunque, é proprio per tutte queste ragioni di DINAMICA TROFICA E SOCIALE DI MINIMA ENERGIA, che, mentre l'ipercollettivismo (cioè il "tutto in comune", produzione alimentare comune, casa comune, lavoro comune, ecc., e, quindi, "indipendenza" collettiva) di base della comune, porta, come abbiamo visto, DEL TUTTO NECESSARIAMENTE AL FALLIMENTO (cioè alla separazione dei suoi componenti, quindi ad una dinamica di COMPLETO INDIVIDUALISMO finale), TOTALMENTE AL CONTRARIO, l'INDIPENDENZA PERSONALE (alimentare, abitativa, lavorativa, ecc.) di base dell'ecovillaggio, porta, sempre come abbiamo visto, consentendo anche la PERFETTA ARMONIA tra tutti I componenti, al VERO COLLETTIVISMO NATURALE.

Urbanistica comparata tra COMUNE ed ECOVILLAGGIO;

LA COMUNE E' UN'UTOPIA (come la città e tutti i restanti modelli insediativi a struttura primitiva postglaciale), L'ECOVILLAGGIO (e, ancora meglio, la SOCIETA' NATURALE), E' L'UNICA REALTA' (in quanto almeno sostenibile)

Il FALLIMENTO (del proprio stile di vita, in particolare della comune), che arriva sempre con un LITIGIO finale tra i componenti stessi, è poi la cosa in assoluto peggiore che possa succedere ad una persona in tutta la sua vita, specialmente per persone (tra l'altro bellissime, e pulitissime, dentro), come quelle delle comuni, che scielgono con tutte le loro forze di vivere proprio una vita collettiva e in armonia con la natura, sempre con l'enorme coraggio che ci vuole per abbandonare lo stile di vita precedente, per lanciarsi in uno nuovo.

E' la cosa peggiore in assoluto proprio perchè non fallisce solo la comune, ma purtroppo (specialmente se si ripete il tentativo) addirittura il sogno stesso della persona, della VITA COLLETTIVA DI GRUPPO, che, invece, per una specie sociale come quella umana, è una cosa ASSOLUTAMENTE MERAVIGLIOSA, ma persino ESSENZIALE per l'equilibrio psichico della persona stessa, in particolare se realizzato in ambiente NATURALE.

La persona che fallisce in questo, arriva spesso a pensare di avere essa stessa qualcosa che non và, di non sapersi relazionare con gli altri, di essere piuttosto asociale, o altri sensi di colpa, ma, alla fine, tutto sfocia in un'unica conclusione chiarissima, che poi, a forza di aumentare il numero di persone che hanno fallito nelle comuni, diventa addirittura un dogma dell'intero immaginario collettivo mondiale: LA COMUNE E' UNA UTOPIA.

Ora, che la comune sia un'utopia è assolutamente verissimo (mai perchè la persona in se stessa abbia sbagliato qualcosa, quindi, per chi li avesse, eliminate sensi di colpa, o tanto meno di inadeguatezza) per il semplicissimo motivo che attua, come abbiamo visto, una struttura e organizzazione insediativa DEL TUTTO NON ADATTA ALLA SPECIE UMANA, ma, come però continua potentemente a ripetere l'istinto medesimo di chi pronuncia quella frase, al tempo stesso,

LA VITA COLLETTIVA E' LA COSA ASSOLUTAMENTE PIU' MERAVIGLIOSA E STUPENDA CHE POSSA ESISTERE,

è proprio esattamente

IL MOTIVO PIU' BELLO IN ASSOLUTO PER CUI CI SENTIAMO DI VIVERE

(basta pensarci un attimo: cosa faremmo se fossimo l'unica persona che esiste sul pianeta?).

Quindi, la comune è un'utopia, MA LA VITA COLLETTIVA E' ESSENZIALE.

Visto, poi, che sia la CITTA' (come la sua versione in piccolo, il villaggio) che la (vita in) CAMPAGNA sono, anch'essi, due modelli insediativi, come abbiamo visto, COMPLETAMENTE FALLITI, occorre per forza che esista pure per la specie umana UN MODELLO INSEDIATIVO CHE FUNZIONI, e che, di conseguenza, ci porti direttamente, e senza fatica, alla FELICITA'.

Ed è anche questo il motivo per cui, alla fine, l'uomo moderno è arrivato finalmente a capire che PER FAR FUNZIONARE

QUALCOSA, specialmente di naturale, come anche uno STILE DI VITA di una specie animale (come quella umana), occorre solamente essere UMILI e IMPARARE proprio dal PIU' GRANDE MAESTRO E ADDIRITTURA SCIENZIATO che sia mai esistito persino in tutto l'universo,

MADRE NATURA,

il quale, infatti, aveva già del tutto progettato e anche realizzato

UN MODELLO INSEDIATIVO ASSOLUTAMENTE PERFETTO PROPRIO PER LA SPECIE UMANA, e, quindi, del tutto l'unico in grado di renderlo FELICE: l'ECOSISTEMA (specie-specifico).

L'ECOVILLAGGIO funziona, quindi, come abbiamo visto, per il semplicissimo motivo che c
umilmente "copiare" il più possibile dalla espertissima NATURA (che ha ben 4 MILIARDI DI ANNI di eperienza di "vita" su questo stesso pianeta) I PARAMETRI ASSOLUTAMENTE ESSENZIALI DI FUNZIONAMENTO PERFETTO (dalla salute, alle relazioni individuali intraspecifiche, all'attività naturale, ecc.) DELL'ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO DELLA SPECIE UMANA.

Dunque, mentre la comune è un'utopia [come poi lo è la stessa città (o paese), la sua versione in piccolo come il villaggio, e la (vita in) campagna, modelli insediativi, come abbiamo visto prima, GIA' DEL TUTTO FALLITI anche perchè semplicemente INSOSTENIBILI], l'ECOVILLAGGIO (e, ancora meglio, la SOCIETA' NATURALE) è oggi diventato

una NECESSITA' MASSIMA per soddisfare finalmente assolutamente TUTTI I BISOGNI ESSENZIALI DELL'UOMO, quelli VERI, gli unici che lo portano alla FELICITA',

e addirittura un DOVERE MONDIALE (ormai supportato anche dall'ONU), DI TUTTI I GOVERNI DELLE 192 NAZIONI DEL MONDO, L'UNICO MODO URGENTISSIMO SIA PER CAMBIARE ma, a questo punto, anche PER SALVARE L'INTERO PIANETA.

Realizzato IL PROPRIO ECOVILLAGGIO, conviene agevolare la formazione della PRORIA RETE DI ECOVILLAGGI: si possono dare consigli ai nuovi arrivati per realizzare il loro ECOVILLAGGIO VICINO AL PROPRIO

Anche per questo, una volta terminato, o quasi, il proprio ecovillaggio, è UTILE, sia per se stessi che per gli altri, fino al pianeta, dare consigli ad eventuali persone che vogliono FARE ANCHE LORO UN ALTRO ECOVILLAGGIO, e l'ideale per ognuno è che

TUTTI I SUCCESSIVI ECOVILLAGGI SIANO POSIZIONATI IL PIU' POSSIBILE NELLE VICINANZE DEL PROPRIO, esattamente in modo tale da creare UNA RETE DI ECOVILLAGGI,

SEMPRE PIU' GRANDE, e che, gradualmente, se ognuno fa la stessa cosa (insieme alla SOCIETA' NATURALE), CAMBI, E SALVI, L'INTERO PIANETA.

E' ovvio che oggi, ad esempio con internet (o con la stessa televisione, o altro), si possono dare preziosissimi suggerimenti ed eventuali soluzioni di problemi, anche inerenti alla formazione di ECOVILLAGGI FUNZIONALI, A TUTTO IL RESTO DEL MONDO.

Come ATTIVITA' PRINCIPALE DELLA PROPRIA VITA ESATTAMENTE ALL'INTERNO DEL PROPRIO ECOVILLAGGIO, conviene assolutamente dedicare almeno una parte del proprio tempo settimanale, prima all' AIUTO DI ALTRE PERSONE A FORMARE IL LORO ECOVILLAGGIO VICINO AL NOSTRO,
e poi all' AIUTO DI ALTRE PERSONE A FORMARE IL LORO ECOVILLAGGIO
IN TUTTE LE ALTRE PARTI DEL PIANETA,

cominciando magari da quelle più attualmente ancora sofferenti come l'Africa e altre parti, specialmente del sud del mondo.

Mai dobbiamo dimenticarci che ciò, oltre che a servire alla FELICITA' DEGLI ALTRI (cosa che, comunque, ci fa sentire pure profondamente fieri di noi stessi), questo è ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE anche per la NOSTRA FELICITA':

Infatti (pure per semplicissime questioni di meccanica quantistica, le quali fanno sì che L'INFELICITA' DEGLI ALTRI, anche della persona più lontana dell'intero pianeta, TORNA IMMEDIATAMENTE PURE A TE, sotto infinite forme, materiali ed energetiche) bisogna sempre ricordarci che

E' ASSOLUTAMENTE IMPOSSIBILE ESSERE FELICI IN UN MONDO INFELICE. La SOCIETA' NATURALE è l'OBIETTIVO FINALE DI TUTTI Ovviamente, come abbiamo visto, l'ultima fase del perfezionamento della SOCIETA' SOSTENIBILE degli ecovillaggi è proprio la SOCIETA' NATURALE, sia extratropicale che INTERTROPICALE, la cui fondazione nel mondo è quasi contemporanea agli ecovillaggi, con crescita esponenziale fino a coprire, col metodo

spontaneo predetto, TUTTA LA SUPERFICIE DEL PIANETA, rendendo finalmente L'INTERA SPECIE UMANA TOTALMENTE FELICE.

Tuttavia, per ottenere ciò, è assolutamente indispensabile fare diventare la nostra ATTIVITA' PRINCIPALE (IN ECOVILLAGGIO), (anche perchè è incredibilmente pure la cosa più divertente in assoluto, fatta anche di numerosissime feste), proprio quella, come accennato, di

AIUTARE A COSTITUIRE LA PROPRIA RETE LOCALE DI ECOVILLAGGI, e, subito dopo, quella di AIUTARE A COSTITUIRE LA RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI,

(sempre pure tramite internet) fino anche al suo TOTALE RICONOSCIMENTO GIURIDICO NAZIONALE, INTERNAZIONALE E MONDIALE,

ovviamente contemporaneo a quello relativo alla SOCIETA’ NATURALE.

Dunque, quando si vive nel proprio ECOVILLAGGIO, conviene assolutamente DARSI TUTTI UNA MANO PER QUESTA REALIZZAZIONE, in quanto

E' SOLO ED ESCLUSIVAMENTE UNENDO TUTTE LE NOSTRE ENERGIE NELLA STESSA DIREZIONE ED OBIETTIVO FINALE CHE POTREMO FARCELA.

Allo stesso tempo, come predetto, occorre cominciare ad organizzare una SOCIETA' NATURALE, e (anche se si ha un ecovillaggio) GRADUALMENTE A VIVERLA SEMPRE DI PIU', fino a farla essere il NOSTRO POSTO DEFINITIVO DI VITA

(per chi si sente già pronto, senza passare dalla fase relativa agli ecovillaggi, può anche fondare direttamente una società naturale ma si consiglia di effettuare sempre tutta la gradualità suddetta, cioè vivere prima una fase relativa agli ecovillaggi e poi una vita definitiva nella società naturale);

per chi abita FUORI DALLA FASCIA INTERTROPICALE CONVIENE ORGANIZZARNE DUE,

una societa' naturale extratropicale (nella nazione dove si vive), ed una SOCIETA' NATURALE INTERTROPICALE (visto che solo quest'ultima è il vero OBIETTIVO FINALE),

[sia come nostra gradualità personale (cioè prima abituarsi a vivere in quella extratropicale, poi gradualmente in quella INTERTROPICALE), sia per poter avere pure una base naturale extratropicale di appoggio nel caso si tornasse provvisoriamente dai tropici per aiutare la diffusione della società naturale anche nella zona extratropicale],

come sempre, mettendo i progetti pure su internet, trovando i terreni, cominciando a raccogliere i soldi (nel modo predetto), e proseguendo con tutta la procedura già spiegata.

Una volta che si vive in una SOCIETA' NATURALE, conviene assolutamente dapprima AIUTARE ANCHE GLI ALTRI AD ARRIVARE A VIVERCI tramite il suddetto PROGETTO 3M, e, parallelamente, se non lo si è ancora terminato, pure ottenere sempre specialmente il TOTALE RICONOSCIMENTO GIURIDICO DELLA SOCIETA' NATURALE, sia NAZIONALE, che INTERNAZIONALE (tipo Unione Europea, e analoghi), che specialmente MONDIALE (ONU).

Infatti, solo con la SOCIETA' NATURALE (anche riconosciuta giuridicamente a livello planetario), in cui viva la TOTALITA' DEGLI ABITANTI DEL PIANETA, si può finalmente raggiungere un equilibrio ed armonia totale, per la nostra persona e nella nostra specie, e, quindi, FELICITA'.

Precisazione sulla "VITA" Come accennavamo nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, la definizione scientifica esatta di "VITA" è proprio "ALIMENTAZIONE", con una dinamica nutrizionale che fa entrare delle unità strutturali e ne fa uscire altre.

Ora, a rigore scientifico, ANCHE IL MONDO MINERALE EFFETTUA CONTINUAMENTE QUESTO PROCESSO "ALIMENTARE" a livello microscopico (specialmente sia a livello di materia non barionica che di onde elettromagnetiche), quindi, in realtà, non solo TUTTO E' ASSOLUTAMENTE VIVO (e con un suo asse centrale alimentare) ma ha anche, come tutti i viventi,

UN SUO PARTICOLARISSIMO LINGUAGGIO che scambia specialmente con i suoi simili, ADDIRITTURA ANCHE UNA PIETRA (a livello non barionico ed elettromagnetico), ed è anche per questo motivo che, anche se noi non possiamo percepire, con i nostri LIMITATISSIMI 5 sensi, LE VERE E PROPRIE URLA ASSOLUTAMENTE DISPERATE DI COMPLETAMENTE TUTTA LA NATURA, da un PESCE, ad una PIANTA, ad un SEME (che può diventare anche un bellissimo albero o altra pianta che VIVE LA SUA VITA), ad un singolo FILO D'ERBA,

AD ADDIRITTURA UNA SINGOLA PIETRA,

fino all'intero ECOSISTEMA PLANETARIO, dobbiamo comunque IMPARARE A RISPETTARLI, DOBBIAMO IMPARARE AD AVERE IL MASSIMO RISPETTO PER TUTTO CIO' CHE CI CIRCONDA, e SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ALLORA scopriremo addirittura che TUTTO IL PIANETA, MA L'INTERO UNIVERSO, sentendosi finalmente in PERFETTA SINTONIA (il tutto con il suo particolare linguaggio profondissimo, fatto proprio specialmente di materia non barionica e onde elettromagnetiche) CON TUTTE LE TUE SINGOLE CELLULE,

come per una stupenda "magia" in una meravigliosa favola, TI CONCEDERA', ESATTAMENTE IN AUTOMATICO, il grandissimo onore di poter essere, anche completamente, finalmente VERAMENTE E PROFONDAMENTE ALLEGRO, e poi, proprio come un fiore che sboccia, VERAMENTE FELICE.

LA VITA E' UNA FAVOLA (e meravigliosa), dipende SOLO ED ESCLUSIVAMENTE DA OGNUNO DI NOI, cominciamo dalla NOSTRA, e semplicemente

RISPETTANDO LA VITA DI TUTTO CIO' CHE CI CIRCONDA, ANCHE DI UN SEME O DI UN FILO D'ERBA, OVVIAMENTE A COMINCIARE DA NON MANGIARNE IL CADAVERE.

Inoltre, impariamo a SOGNARE (ma i sogni giusti, quelli di acquisire uno STILE DI VITA NATURALE, cioè quello predetto della SOCIETA' NATURALE, ASSOLUTAMENTE GLI UNICI che possono portarci alla FELICITA'), ma anche, immediatamente dopo,

a REALIZZARE IL SOGNO, tutto, anche con CUORE, CORAGGIO e UMILTA', informandosi, facendo DOMANDE, approfondendo, ma SENZA ASSOLUTAMENTE MAI FERMARSI, fino a quando

IL SOGNO SI E' REALIZZATO COMPLETAMENTE DEL TUTTO.

Altra forma di INTOSSICAZIONE ASPECIFICA:
le cosiddette domande "ESISTENZIALI"

NESSUNA SPECIE ANIMALE inserita nella propria nicchia ecologica specie-specifica SI CHIEDE "chi siamo", "da dove veniamo" o "dove andiamo",

PER IL SEMPLICISSIMO FATTO CHE NON HA BISOGNO DI FARLO: E' GIA' FELICE. Infatti, UN QUALSIASI SISTEMA NERVOSO INSERITO NEGLI INFINITI PARAMETRI NATURALI A LUI SPECIE-SPECIFICI, ACQUISTA LA SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE CHE E' CHIAMATA APPUNTO FELICITA' (cioè armonia con se stessi, con gli altri e con la natura).
SOLO ED ESCLUSIVAMENTE quando un sistema nervoso e' DISINSERITO dal quel contesto perfetto, COMINCIA A SOFFRIRE, cioè ad alzare l'energia strutturale (INTOSSICAZIONE aspecifica neuronale) necessaria per SOPRAVVIVERE, e, di conseguenza, AUTOMATICAMENTE A PORSI DOMANDE proprio come AUTODIFESA ISTINTIVA per cercare di evitare quella sofferenza, fino a porsi anche QUELLE DOMANDE, dette appunto "ESISTENZIALI".

Tutto ciò che noi chiamiamo "religione", "filosofia" (compreso lo "spiritualismo") e "scienza" la

SOMMA DEI DISPERATI TENTATIVI DELLA SPECIE UMANA (attuati, infatti, solo ed esclusivamente dalla fase post-glaciale in poi) DI RISPOSTA A QUELLE DOMANDE "ESISTENZIALI",

che, come abbiamo visto, sono DETERMINATE AUTOMATICAMENTE DEL TUTTO UNICAMENTE da una sommatoria infinita di parametri biofisici e biochimici celebrali ASSOLUTAMENTE INNATURALI.

In altri termini, Un cervello che si pone le cosiddette domande "esistenziali" è solamente UN CERVELLO AD ALTA INTOSSICAZIONE ASPECIFICA.

Inoltre, in una situazione del tutto innaturale come quella della nostra società attuale, il nostro cervello è fortemente indotto a pensare che tutto l'universo sia fatto per essere "capito" dal cervello dell'uomo: ovviamente non è così.

LA NATURA NON E' FATTA PER ESSERE "CAPITA"

(anche perchè è talmente infinitamente complessa, ovviamente solo in termini di "comprensione", che è banalmente DEL TUTTO IMPOSSIBILE)

MA SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER ESSERE GODUTA. Ad esempio, UN FIORE NON E' STATO FATTO PER ESSERE "CAPITO" (lo "scienziato" lo uccide e lo taglia a pezzettini per "studiarlo", fino alle sue molecole singole), MA

SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER ESSERE GODUTO. (i suoi stupendi colori, il suo meraviglioso profumo, la gioia e la felicità stessa che trasmette psicologicamente, ecc.).

IN UN ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO NON C'E' NIENTE DA "CAPIRE", MA SOLO DA VIVERE.

La cosiddetta "VERITA", che un cervello INTOSSICATO ASPECIFICAMENTE come quello della specie umana attuale cerca, IN REALTA' ALTRO E' CHE LA SUA FELICITA'.

Una volta che un cervello è FELICE (la felicità VERA è una situazione che si verifica UNICAMENTE tramite la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA e tutte le predette fasi successive di reinserimento nel proprio ECOSISTEMA SPECIE-SPECIFICO) MAI SI PONE ASSOLUTAMENTE PIU' DOMANDE (che, come già evidenziato, erano solo domande indotte da più alta energia strutturale che neurologicamente chiamiamo SOFFERENZA), per il semplicissimo fatto che HA GIA' RAGGIUNTO IL SUO OBIETTIVO PIU' ALTO IN ASSOLUTO, cioè

LA SITUAZIONE DI MINIMA ENERGIA STRUTTURALE NEURONALE, che chiamiamo, appunto, FELICITA'.

E' praticamente IMPOSSIBILE, per un cervello INTOSSICATO ASPECIFICAMENTE, ANCHE SOLO INTUIRE LONTANAMENTE cosa possa essere la sensazione di felicità, proprio in quanto
I SUOI NEURONI SONO TALMENTE PIENI DI TOSSINE ASPECIFICHE che, spesso, ha la sensazione che la felicità addirittura non possa nemmeno esistere.

Quindi, come già evidenziato, l'ASSOLUTAMENTE UNICO modo di arrivare alla FELICITA' (VERA), è la graduale DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA NEURONALE, a partire dal predetto

PERFEZIONAMENTO ALIMENTARE PERSONALE, fino al completamento di tutto il PROGETTO 3M

il quale, oltre a donare la SALUTE FISICA PERFETTA, conferisce AUTOMATICAMENTE e gradualmentre la sensazione assoluta di ARMONIA SEMPRE MAGGIORE, fino alla PIU' TOTALE FELICITA'.

Come abbiamo accennato, infatti, già nell'introduzione del presente testo, anche a livello biochimico e biofisico, salute perfetta (in natura) e felicità SONO TOTALMENTE LA STESSA COSA.

Ricordiamoci sempre, inoltre, anche che la forma più alta in assoluto di cosiddetto "spiritualismo", o "spiritualità" (spesso ricercata disperartamente con una quantità enorme e differenziata di "tecniche" o orientamenti spirituali, come il cosiddetto"yoga" o innumerevoli altre simili) ALTRO E' CHE SEMPRE LA STESSA FELICITA': altro sono che tanti modi diversi di chiamare la STESSA IDENTICA COSA.

Infatti, per ottenere una situazione cerebrale di minima energia strutturale che chiamiamo FELICITA',

NEMMENO SERVE ASSOLUTAMENTE NESSUNA "TECNICA" O ORIENTAMENTO cosiddetto "SPIRITUALE"

(che invece fanno altro che innalzare enormemente e patologicamente quel livello strutturale), ma, del tutto al contrario,

E' DEL TUTTO ESSENZIALE L'ASSOLUTA ASSENZA DI QUALSIASI "TECNICA" O ORIENTAMENTO cosiddetto "SPIRITUALE".

In altri termini, per raggiungere proprio anche la MASSIMA SPIRITUALITA', oltre che la DISINTOSSICAZIONE ASPECIFICA e le altre PREDETTE FASI, MAI SERVE ASSOLUTAMENTE NESSUNA "TECNICA" O "INSEGNAMENTO" cosiddetto "spirituale",

ma è, INVECE, DEL TUTTO ALL'OPPOSTO, TOTALMENTE ESSENZIALE LA MASSIMA E PIU' COMPLETA SPONTANEITA'.

Ricordiamoci, infatti, sempre anche che LA MASSIMA SPIRITUALITA' è proprio l'ALLEGRIA PROFONDA, in tutte le sue forme spontanee.

DIRETTIVA PER LA SOCIETA' SOSTENIBILE E LA SOCIETA' NATURALE,

detta DSN, (ovviamente con una RATIFICA IMMEDIATA da parte dei governi di tutte le 192 nazioni del pianeta) che sia COSTITUITA solo ed esclusivamente dai seguenti **4 ARTICOLI GIURIDI**CI

(approvarne un numero maggiore è assolutamente dannoso, anche in quanto, come sempre, anche le normative giuridiche solo se sono semplici possono essere efficaci; eventuali precisazioni devono essere poste solo nella procedura

di attuazione di tale direttiva), i quali, AGENDO FINALMENTE SULLE CAUSE, e, quindi, RISOLVENDO DEFINITIVAMENTE e NEL MODO PIU' VELOCE la CRISI dell'attuale SISTEMA di SVILUPPO, attraverso la SOLUZIONE DEFINITIVA di tutte e TRE le PROBLEMATICHE PORTANTI, ormai divenute anche LE TRE EMERGENZE TOTALI, dell'attuale sistema di sviluppo stesso (su cui anche l'ONU ha lanciato il MASSIMO ALLARME),

1) **CRISI ALIMENTARE MONDIALE** [oltre 1,2 MILIARDI in aumento di persone sta letteralmente MORENDO di fame, e altri almeno 3,6 MILIARDI in aumento di persone sta SOFFRENDO la fame (totale ADDIRITTURA oltre 4,8 MILIARDI di persone in aumento sui circa 7 miliardi dell'intero pianeta) per il semplice motivo che, come abbiamo visto, per nutrire 7 miliardi di persone col modello alimentare onnariano o vegan occorrerebbero rispettivamente almeno 7 e 4 PIANETI come il nostro; anche le risorse idriche sono vicine al TOTALE ESAURIMENTO, pure per la stessa agricoltura relativa a quei disastrosi modelli alimentari, e l'accaparramento totale delle principali fonti d'acqua dolce del pianeta, già al massimo dello sfruttamento, sta causando TENSIONI BELLICHE SEMPRE PIU' FORTI],

2) **CRISI URBANISTICA MONDIALE** (4,3 MILIARDI in aumento di persone, sui 4,8 che stanno MORENDO o SOFFRENDO per la fame, specialmente nel sud del mondo, si stanno letteralmente e DISASTROSAMENTE AMMUCCHIANDO nelle cosiddette BIDONVILLE o analoghi delle periferie delle città di tutto il mondo per cercare di sopravvivere almeno con i loro rifiuti, MORENDO quindi anche per la più totale mancanza di minima igiene, mentre, anche nel nord del mondo, le città sono sempre più congestionate quotidianamente per il traffico dovuto alla semplice sovrappopolazione, e persino in crescita esponenziale),

3) **CRISI ENERGETICA MONDIALE** (addirittura TUTTI gli oltre 7 MILIARDI di persone sono in pericolo di ESTINZIONE stessa per il semplice COLLASSO dell'ecosistema globale, già iniziato col SURRISCALDAMENTO DEL GLOBO, anche per il TOTALMENTE PRIMITIVO sistema di produzione energetica mondiale che utilizza ancora una tecnologia non solare, che ha contribuito disastrosamente a portare pure tutti i tipi di catastrofe "naturale" all'AUMENTO ESPONENZIALE, compreso il numero relativo di DECINE DI MIGLIAIA di MORTI all'anno), sono articoli giuridici che oggi sono diventati non solo TOTALMENTE ESSENZIALI ma addirittura DEL TUTTO INDISPENSABILI

PER LETTERALMENTE SALVARE L'INTERO PIANETA DAL COLLASSO,

da ambientale a sociale, fino addirittura a bellico (specialmente nel nord del mondo); (entrambe proficuamente parallele alla società capitalistica attuale, i primi tre articoli fondano la prima SOCIETA' SOSTENIBILE, il quarto articolo fonda finalmente la prima SOCIETA' NATURALE):

Art. 1

Comma 1
ECO-CONVERSIONE TOTALE del SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE, dalla zootecnia e agricoltura (di semi e verdure) alla CARPOTECNIA (biodinamica) (come definita e spiegata nel testo "Specie Umana:progetto 3M"),

Tramite MASSIMA INCENTIVAZIONE FISCALE (specialmente sul fatturato eco-convertito come sopra delle IMPRESE ZOOTECNICHE E AGRICOLE in suddetta eco-conversione), MASSIMA PUBBLICITA' STATALE (specialmente su tutte le televisioni di Stato), E TUTTE LE ALTRE FORME DI MASSIMA EFFICACIA.

Comma 2
Fondazione almeno di una UNIVERSITA’ OLOSCIENTIFICA per OGNI città, e inserimento della relativa materia OLOSCIENZA (come definite e spiegate nel testo "Specie Umana:progetto 3M") in OGNI LIVELLO e SETTORE di istruzione PUBBLICA e PRIVATA, come materia FONDAMENTALE e di sbarramento.

Comma 3
QUALSIASI esercizio commerciale, punto di distribuzione o analoghi, nel ramo solo o anche alimentare, PUBBLICO (ospedali, mense scolastiche, lavorative, ecc.) o PRIVATO (supermercati, negozi, ristoranti, pizzerie, pub-bar, ecc.) DEVE avere, per OGNI “alimento” aspecifico presente, anche il corrispondente CARPOTECNICO (come definiti e spiegati nel testo "Specie Umana:progetto 3M") visibile al pubblico in maniera ASSOLUTAMENTE PRIORITARIA (nei ristoranti ed esercizi a MENU’, quest’ultimo DEVE essere suddiviso almeno nei seguenti settori cominciando SEMPRE dal seguente ordine: menù melariano, menù fruttariano, menù vegan-crudista e menù vegan).

Come abbiamo già più volte visto in questo testo, è proprio il SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE MONDIALE attuale, con il suo ENORME INDOTTO, diretto ed indiretto, l'ASSE non solo centrale ma addirittura PORTANTE DELL'INTERA CRISI DEL SISTEMA DI SVILUPPO ATTUALE, e, quindi, specialmente DELL' INTERA predetta

PRINCIPALE CRISI MONDIALE attuale, la CRISI ALIMENTARE, oltre che, sia in maniera diretta che indiretta, DELL'INTERO IMPATTO SOCIALE E AMBIENTALE GLOBALE.

Infatti, tra l'altro, persino 4,5 MILIARDI DI ETTARI sui 5 antropizzabili e coltivabili dell'intero pianeta,

ed ADDIRITTURA i 5/6 delle RISORSE IDRICHE TOTALI del mondo sono CATASTROFICAMENTE rispettivamente occupati ed utilizzate SOLO ED ESCLUSIVAMENTE dalla ZOOTECNIA (diretta ed indiretta)

(indiretta si riferisce anche all'agricoltura che produce per l'allevamento, che, ad esempio, negli Stati Uniti è OLTRE IL 90% dell'agricoltura totale): ecco anche perchè è URGENTISSIMA, prima di tutto,

una ECO-CONVERSIONE della ZOOTECNIA (diretta e indiretta), ma, parallelamente, anche della distruttiva AGRICOLTURA DI SEMI E VERDURE per umani.

Ora, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla scienza ecosistemica moderna, a parità di superficie di territorio, rispetto alla produzione animale e vegetale di semi e verdure, SOLO la PRODUZIONE CARPICA (di frutta) è SUPERIORE ADDIRITTURA mediamente di OLTRE IL 90% in peso; quindi, SOLO ED ESCLUSIVAMENTE passando da una produzione zootecnica e agricola (di semi e verdure) ad una PRODUZIONE CARPOTECNICA (di frutta lavorata, come spiegheremo più avanti)

SI LIBERA circa IL 90% DEL TERRITORIO ANTROPIZZABILE MONDIALE, cioè OLTRE 4 MILIARDI DI ETTARI, che è ASSOLUTAMENTE IL MINIMO che consente sia la PRODUZIONE DEL CIBO per i 4,8 MILIARDI DI PERSONE che stanno MORENDO e SOFFRENDO per la fame, e, quindi, la SOLUZIONE DEFINITIVA DELLA CRISI ALIMENTARE MONDIALE, sia, come esprime il secondo articolo della presente direttiva, la NASCITA di una nuova SOCIETA' SOSTENIBILE e SOCIETA' NATURALE.

Di conseguenza, anche da tutta l'analisi descritta nel capitolo relativo alla scienza ecosistemica moderna, oltre che dell'intero presente testo, risulta CHIARISSIMAMENTE che, partendo dal catastrofico sistema di produzione alimentare mondiale attuale,

L'UNICA PROCEDURA DI ECO-CONVERSIONE POSSIBILE (come esprime l'articolo giuridico stesso) è dalla zootecnia e agricoltura (di semi e verdure) alla CARPOTECNIA (biodinamica).

[DEL TUTTO ESSENZIALE è agire soprattutto con la MASSIMA INCENTIVAZIONE FISCALE (SOLO SUL FATTURATO ECO-CONVERTITO, cioè relativo ai prodotti eco-convertiti come sopra) proprio sulle IMPRESE ZOOTECNICHE E AGRICOLE, specialmente MULTINAZIONALI (visto che posseggono il grosso della produzione mondiale), in suddetta eco-coversione].

La CARPOTECNIA (da "carpos"= frutto e "techne"= tecnica),

altroè che la produzione di prodotti ANALOGHI ai prodotti e sottoprodotti animali (carne, pesce, uova, formaggi, latte, miele, e loro derivazioni), e ANALOGHI ai prodotti vegetali di semi e verdure (legumi, cereali, semi oleosi, verdure, e loro derivazioni)

ma partendo ESCLUSIVAMENTE da MATERIE PRIME CARPICHE (cioè di frutta, vale a dire, ad esempio, "carne" fruttariana, "formaggio" fruttariano, "latte" fruttariano, "spaghetti" fruttariani, "lasagne" fruttariane, "parmigiana" fruttariana, "pizza" fruttariana, "pane" fruttariano, ecc., così come anche da predetto foto-ricettario fruttariano).

Infatti, con le più moderne sequenze carpotecniche (in grado di usare tutti i tipi di frutta e tutte le loro possibili combinazioni e lavorazioni crude) E' POSSIBILE FINALMENTE

RIPRODURRE IL GUSTO DELLA CARNE E DI TUTTI I RESTANTI SUDDETTI PRODOTTI E SOTTOPRODOTTI ANIMALI E VEGETALI, MA ADDIRITTURA DI RENDERLI ENORMEMENTE PIU' GUSTOSI.

[Inoltre, mentre la coltivazione cosiddetta "biologica" è meno economica (di quella biodinamica) e, per stessa legge, consente l'utilizzo di molte decine di sostanze chimiche diverse, la coltivazione BIODINAMICA E' PIU' ECONOMICA (anche di quella chimica più diffusa) ma, sempre PER LEGGE, NON CONSENTE L'UTILIZZO DI ASSOLUTAMENTE NESSUNA SOSTANZA CHIMICA,

ed è già utilizzata con ENORME SUCCESSO, ANCHE IN TERMINI DI RESA PRODUTTIVA PER ETTARO, in moltissime parti anche ENORMEMENTE ESTESE dell'intero pianeta, come anche in Australia ed in Svizzera]. Specialmente riguardo questo PRIMO ARTICOLO I VANTAGGI PER TUTTI sono assolutamente GRANDISSIMI ed INFINITI:

- come abbiamo detto, tutte le attuali ricette mondiali resterebbero praticamente invariate e solo sostituite da ANALOGHE, e addirittura

il GUSTO al palato è ENORMEMENTE SUPERIORE [basta provare qualche ricetta del predetto foto-ricettario fruttariano, (dalle LASAGNE fruttariane, agli SPAGHETTI alla carbonara fruttariani, alla PIZZA fruttariana, alle TORTE fruttariane, ecc.) che ne contiene solo una MINIMA PARTE di tutte quelle che inventerebbe ulteriolmente la GRANDE INDUSTRIA promossa da QUESTA STESSA DIRETTIVA];

- l'impatto sulla SALUTE è finalmente GRANDEMENTE POSITIVO, perchè si tratta sempre di una alimentazione FRUTTARIANA CRUDA, e, quindi, NEMMENO CONTIENE grassi animali (persino assolutamente cancerogeni) e addirittura con una quantità QUASI NULLA di colesterolo e grassi saturi, e, allo stesso tempo, con una quantità MASSIMA di ANTIOSSIDANTI, VITAMINE, SALI MINERALI, FIBRE, ecc.

- l'impatto ambientale è finalmente QUASI NULLO, anche in quanto, come predetto, l'occupazione del TERRITORIO, a PARITA' di tonnellate prodotte, diminuisce di ADDIRITTURA OLTRE il 90%, l'uso delle risorse IDRICHE diminuisce di OLTRE l'80%, le emissioni SERRA diminuiscono di OLTRE il 85%, ecc.

- ogni AZIENDA, nazionale o MULTINAZIONALE, che attua tale ECO-CONVERSIONE, passerà a COSTI DI PRODUZIONE finalmente QUASI NULLI, (diminuiscono mediamente ADDIRITTURA dell'85%), potendosi permettere, allo stesso tempo, prezzi al consumo più bassi, anche per effetto dell'ALLARGAMENTO ENORME del loro MERCATO, persino su scala MONDIALE, tutto ciò determinando proprio un AUMENTO ESPONENZIALE DEL LORO PROFITTO ECONOMICO;

- l'AZIENDA ZOOTECNICA o AGRICOLA (di semi e verdure), (compreso l'INDOTTO), in suddetta ECO-CONVERSIONE

  ha anche un ULTERIORE GIGANTESCO VANTAGGIO in termini della TOTALMENTE ESSENZIALE IMMAGINE AZIENDALE, che diventerebbe non più distruttrice, ma SALVAGUARDANTE il pianeta (produzione assolutamente ECOLOGICA, vista anche la RIDUZIONE dell'impatto AMBIENTALE ad un livello QUASI NULLO, e ad impatto SOCIALE totale enormemente POSITIVO), divenendo ADDIRITTURA il TRAINO PRINCIPALE di tutta l' ECOLOGIA FONDAMENTALE MONDIALE;

  l'IMMAGINE AZIENDALE improvvisamente MOLTO POSITIVA (aiutata immensamente anche dalla PUBBLICITA' TELEVISIVA STATALE proprio sull'ECO-CONVERSIONE, come esprimono gli stessi articoli della presente DIRETTIVA) ATTIREREBBE inevitabilmente GRANDI PROFITTI pure DURANTE L'ECO-CONVERSIONE STESSA, annullando completamente il suo costo (insieme ai massimi incentivi fiscali, anche sulla medesima), e persino AUMENTANDO decisamente I PROFITTI da SUBITO;

- Inoltre, se l'ECO-CONVERSIONE è effettuata PRIMA delle altre aziende analoghe, dopo si troverebbe ad essere addirittura

  l'AZIENDA LEADER DELL'INTERO NUOVO ECO-SETTORE;

- ogni istituzione BANCARIA, NAZIONALE o INTERNAZIONALE, avrebbe INTROITI DI CAPITALE ENORMEMENTE PIU' ALTI anche per via dei FATTURATI in MASSIMO AUMENTO ESPONENZIALE, delle predette AZIENDE (e di tutto l'ENORME INDOTTO) in suddetta eco-conversione, a cominciare proprio dalle MULTINAZIONALI maggiori al mondo (specialmente per l'incremento grandissimo della resa quantitativa per ettaro delle nuove produzioni, e per l'estensione colossale dei consumatori nel mondo inglobati da fasce di prezzo inferiori);

- per ogni STATO e PARLAMENTO dell'intero pianeta non solo la ratifica e l'applicazione del presente articolo e DIRETTIVA è a COSTO ASSOLUTAMENTE ZERO, ma addirittura STATO e PARLAMENTO stessi avrebbero immediatamente una
  DISPONIBILITA' ECONOMICA ENORMEMENTE SUPERIORE, sia per il FORTISSIMO AUMENTO DEL GETTITO FISCALE

  dovuto al grandissimo predetto allargamento del consumo anche per effetto dei prezzi inferiori, ma specialmente per il RISPARMIO QUASI TOTALE nella SPESA PUBBLICA, a cominciare da quella sanitaria, ambientale, ecc.;

- i COMMI 2 e 3 (consentiti soprattutto da una procedura d’URGENZA dovuta all’attuale predetta situazione EMERGENZIALE mondiale) sono FONDAMENTALI per le IMPRESE, BANCHE, STATO e consumatori,

  anche in quanto, oltre ad informare la popolazione sull’esistenza e funzione di TUTTI gli eco-prodotti relativi alla

presente direttiva e consentirgli di scegliere pure i prodotti carpotecnici OVUNQUE possibile, proprio per questo motivo costituiscono per TUTTE le IMPRESE in ecoconversione inerente la presente direttiva, non solo una fonte parallela di

ENORME PUBBLICITA' dei loro prodotti esattamente della MASSIMA ESTENSIONE, ma addirittura del tutto GRATUITA ed automatica;

- ogni CONSUMATORE, in tutto il pianeta, avrebbe immediatamente non solo PREZZI AL CONSUMO DECISAMENTE INFERIORI, ma addirittura, come abbiamo visto, CON UNA QUALITA' DI GUSTO E SALUTISTICA ENORMEMENTE SUPERIORE;

- l'ABBATTIMENTO QUASI TOTALE DELLO SPRECO ENORME DI RISORSE attuale,

  RISOLVEREBBE in poco tempo anche l'intera CRISI ECONOMICA MONDIALE, oltre che costituire una velocissima SOLUZIONE DEFINITIVA ALLA FAME NEL MONDO;

- ecc.

Art. 2

Comma 1
ECO-CONVERSIONE TOTALE del SISTEMA URBANISTICO MONDIALE, dalle città alla RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI (come definiti e spiegati nel testo "Specie Umana:progetto 3M"), tramite MASSIMA INCENTIVAZIONE FISCALE (specialmente sul fatturato eco-convertito come sopra delle IMPRESE EDILI in suddetta eco-conversione), MASSIMA PUBBLICITA' STATALE (specialmente su tutte le televisioni di Stato), E TUTTE LE ALTRE FORME DI MASSIMA EFFICACIA.

Comma 2
I terreni sui quali, dall'entrata in vigore della presente direttiva, si termina la pratica della zootecnia, o di un suo indotto, o dell'agricoltura di semi e/o verdure, possono essere adibiti ESCLUSIVAMENTE a scopo di ECOVILLAGGIO o SOCIETA' NATURALE (come definiti e spiegati nel testo "Specie Umana:progetto 3M").

La CRISI URBANISTICA MONDIALE (che, come predetto, porta ben 5,2 MILIARDI DI PERSONE ad AMMUCCHIARSI DISPERATAMENTE nelle cosiddette bidonville attorno alla ormai maggior parte dei sistemi urbani, specialmente del sud del mondo, e che, di conseguenza, costringe assolutamente tutti i sistemi urbani stessi del pianeta ad una VERTICALIZZAZIONE strutturale ESTREMA per cercare di contenere, col massimo danno per tutti, il numero più alto di abitanti possibile per unità di superficie)

deriva SOLO ED ESCLUSIVAMENTE dalla sempre più estrema MANCANZA DI TERRITORIO relativo all'intera enorme popolazione globale attuale (ed ancora in aumento esponenziale), DOVUTA, come si è detto, esattamente al catastrofico

SISTEMA DI PRODUZIONE ALIMENTARE ATTUALE, che occupa un totale di ADDIRITTURA 4,9 MILIARDI DI ETTARI SUI 5 VIVIBILI DALL'UOMO, costringendo l'intera specie umana ad AMMASSARSI letteralmente VERTICALMENTE nell'APPENA 0,1 di territorio rimanente.

Come abbiamo visto, l'applicazione del primo articolo della direttiva, che converte proprio il sistema di produzione alimentare globale, ha per effetto primario finalmente la LIBERAZIONE graduale DI IMMENSI TERRITORI del pianeta tuttora strangolati precisamente DALLA DISASTROSA MORSA DELLA ZOOTECNIA: SI LIBEREREBBERO ADDIRITTURA BEN OLTRE 4 MILIARDI DI ETTARI,

consentendo, finalmente, ma SOLO ED ESCLUSIVAMENTE se si attua nel modo postdetto, anche la SOLUZIONE DEFINITIVA DELLA CRISI URBANISTICA MONDIALE. [Per capire l'IMMENSITA' di questa quantità di territorio liberato, basta considerare che la superficie occupata da TUTTE le CITTA' e le AREE COSTRUITE del MONDO ammonta ad appena 0,16 miliardi di ettari, cioè una quantità almeno 25 volte INFERIORE.

In altri termini, SI LIBEREREBBE UNA QUANTITA' DI TERRITORIO ADDIRITTURA OLTRE 25 VOLTE SUPERIORE ALLA SOMMA DI QUELLI OCCUPATI DA TUTTE LE CITTA', TUTTI I PAESI E PAESINI, TUTTI I VILLAGGI, TUTTE LE CASE DI CAMPAGNA, TUTTE LE AREE INDUSTRIALI, AEROPORTUALI, PORTUALI, FERROVIARIE, INFRASTRUTTURALI DI OGNI TIPO, ECC. PRESENTI IN TUTTE LE 192 NAZIONI DELL'INTERO PIANETA].

E' esattamente su questo ENORME TERRITORIO MONDIALE gradualmente LIBERATO dal massacrante impatto della zootecnia, per effetto del primo articolo della presente direttiva, che l'ONU e TUTTI I GOVERNI DEL MONDO

singolarmente, attraverso questo secondo articolo della stessa presente direttiva, devono assolutamente TUTELARE, PROTEGGERE ED INCENTIVARE AL MASSIMO LIVELLO

LA NASCITA DELLA NUOVA SOCIETA' SOSTENIBILE E SOCIETA' NATURALE.

Come esplicita ulteriolmente lo stesso presente secondo articolo, questo è proprio il PUNTO DEL TUTTO CENTRALE ma addirittura ASSOLUTAMENTE INDISPENSABILE di tutta la DIRETTIVA e di tutte le LEGGI NAZIONALI RELATIVE;

Cioè, esattamente per avere almeno un ultima speranza di poter SALVARE questo pianeta da una catastrofe ambientale e sociale, la suddetta TUTELA di questi

TERRITORI LIBERATI dalla zootecnia (diretta e indiretta), assolutamente essenziali per la nostra stessa SOPRAVVIVENZA come specie, deve assolutamente consistere nella IMMEDIATA APPROVAZIONE di QUESTA NORMATIVA GIURIDICA [come predetto, prima internazionale mondiale, sotto forma di direttiva ONU (poi UE, ecc.), poi subito ratificata da tutti gli Stati],

che faccia pure immediatamente DIVIETO ASSOLUTO, anche a livello penale, dell'utilizzo di TALI TERRITORI LIBERATI per fini che non siano SOLO ED ESCLUSIVAMENTE il seguente: la costituzione, nel senso di costruzione o installazione, della

RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI (almeno) FRUTTARIANI (cioè la SOCIETA' SOSTENIBILE), e, parallelamente, della SOCIETA' NATURALE GLOBALE, così come definite e spiegate nel presente testo ("Specie Umana").

Per la stessa predetta definizione di ecovillaggio, almeno fruttariani, significa MELARIANI o, al limite, FRUTTARIANI SOSTENIBILI, MA ASSOLUTAMENTE MAI OLTRE (cioè non con utilizzo di modello alimentare da vegan-crudista ad onnariano):

come abbiamo già visto, a conti fatti e usando tutti i parametri della SCIENZA evolutissima dell'ECOSISTEMICA, QUESTA E' PROPRIO ESATTAMENTE LA NOSTRA ULTIMA SPERANZA COME SOPRAVVIVENZA STESSA DI SPECIE.

Per avere una EFFICACIA SUFFICIENTE dal punto di vista della realizzazione di questa RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI, nelle stessa predetta normativa giuridica, sia a livello di DIRETTIVA MONDIALE (ONU) (come si è già esplicitato in essa), sia di direttive internazionali (UE e altre Unioni internazionali), sia di leggi nazionali ratificanti tali direttive, occorre assolutamente inserire immediatamente, come BASE DEL TUTTO ESSENZIALE, UNA MASSIMA INCENTIVAZIONE FISCALE

(SOLO SUL FATTURATO ECO-CONVERTITO come sopra) per tutte quelle AZIENDE EDILI, specialmente MULTINAZIONALI (anche in quanto hanno una efficacia realizzativa maggiore), che effettuano una ECO-CONVERSIONE industriale (anche parziale) dalla produzione di orrendi e del tutto antiecologici palazzoni di città

ALLA PRODUZIONE DI STUPENDI E FINALMENTE ECOLOGICI ECOVILLAGGI [seguendo assolutamente TUTTI i parametri (ALIMENTARI, produttivi, dimensionali, organizzativi, abitativi, ecc.) esposti in questo capitolo e testo],

costituiti strutturalmente da meravigliose VILLETTE ECOLOGICHE (per le aree personali o familiari), già DOTATE DI TUTTI I SISTEMI PIU' ECO-EVOLUTI DI AUTOPRODUZIONE (idrica, termica, elettrica, idrotermica, ecc.), ognuna circondata già da un MELETO (e, al limite, frutteto), [già di alberi almeno quasi produttivi, assolutamente DA SEME (cioè non innestati o analoghi), mai potati, ecc.],

e, per l'AREA COMUNE, da una bellissima SALA COMUNE, cicondata anch'essa da MELETO (e, al limite, frutteto), [nelle aree extratropicali, dove cioè il frutteto perde le foglie d'inverno, conviene inserire, tra gli alberi principali, in tutto l'ecovillaggio, altri alberi da frutto ma SEMPREVERDI, come nespoli, ulivi, ecc. (ovviamente tranne gli agrumi), per mantenere almeno anche un aspetto estetico carino anche d'inverno, oltre che ad avere altri alberi da frutta].

Ovviamente, le imprese edili che effettueranno questa eco-conversione industriale, dovranno prima presentare i loro progetti ad apposite COMMISSIONI per lo SVILUPPO SOSTENIBILE, sia nazionali che regionali, per l'APPROVAZIONE, e, allo stesso tempo, effettuare accordi con le stesse predette istituzioni per la realizzazione di tutte quelle INFRASTRUTTURE [che costituiscono la RETE (tra gli ecovillaggi): strade, ferrovie, parchi, scuole, centri commerciali, ospedali (almeno pronto soccorso), ecc.],

sempre seguendo solo ed esclusivamente tutti i parametri ECOLOGICI e di sostenibilità, che consentono la nascita di una civiltà transitoria, la SOCIETA' SOSTENIBILE, in contemporanea con la nascita della finalmente massimamente avanzata SOCIETA' NATURALE.

Anche riguardo questo SECONDO ARTICOLO i VANTAGGI PER TUTTI sono GRANDISSIMI ed INFINITI:

- è ovvio che il VANTAGGIO principalmente in termini di PROFITTO ECONOMICO delle IMPRESE EDILI E ANALOGHE, specialmente MULTINAZIONALI, e di tutto il loro ENORME INDOTTO, che convertono la loro produzione ad ECOVILLAGGI è ASSOLUTAMENTE GIGANTESCO, per i costi di produzione MOLTO PIU' BASSI (a fronte di un prezzo al cliente solo di poco più basso), e anche per un' ALLARGAMENTO ENORME DEL MERCATO ECOVILLAGICO in TUTTO IL PIANETA, pure per effetto della LIBERAZIONE dalla zootecnia di tutto il GRANDISSIMO TERRITORIO predetto;

- l'IMPRESA EDILE o ANALOGA (compreso l'INDOTTO) in suddetta ECO-CONVERSIONE

  ha anche un ULTERIORE GIGANTESCO VANTAGGIO in termini della TOTALMENTE ESSENZIALE IMMAGINE AZIENDALE, che diventerebbe non più distruttrice, ma SALVAGUARDANTE il pianeta (produzione assolutamente ECOLOGICA, vista anche la RIDUZIONE dell'impatto AMBIENTALE ad un livello QUASI NULLO, e ad impatto SOCIALE totale enormemente POSITIVO),

  divenendo addirittura il TRAINO PRINCIPALE di tutta l'URBANISTICA ECOLOGICA MONDIALE; l'immagine aziendale improvvisamente MOLTO POSITIVA (aiutata immensamente anche dalla PUBBLICITA' TELEVISIVA STATALE proprio sull'ECO-CONVERSIONE, come esprimono gli stessi articoli della direttiva) ATTIREREBBE inevitabilmente GRANDI PROFITTI pure DURANTE L'ECO-CONVERSIONE STESSA, annullando completamente il suo costo (insieme ai massimi incentivi fiscali, anche sulla medesima), e persino AUMENTANDO decisamente I PROFITTI da SUBITO

- Inoltre, se l'ECO-CONVERSIONE è effettuata PRIMA delle altre aziende analoghe, dopo si troverebbe ad essere addirittura

  l'AZIENDA LEADER DELL'INTERO NUOVO ECO-SETTORE;

- l'AUMENTO QUASI VERTICALE del FATTURATO dell'INTERO SETTORE URBANISTICO MONDIALE e di tutto il suo GIGANTESCO INDOTTO, DIRETTO ED INDIRETTO, porta inevitabilmente anche stavolta all'AUMENTO ESPONENZIALE dell'INTROITO DI CAPITALE per tutte le istituzioni BANCARIE, NAZIONALI ED INTERNAZIONALI;

- Ovviamente, anche in questo caso, per ogni STATO e PARLAMENTO dell'intero pianeta la ratifica e l'applicazione del presente articolo e DIRETTIVA è a COSTO ASSOLUTAMENTE ZERO, e addirittura farebbe AUMENTARE ENORMEMENTE ed ULTERIOLMENTE la DISPONIBILITA' ECONOMICA di ogni singolo STATO e PARLAMENTO stessi, sempre sia per

  l'INCREMENTO ESPONENZIALE AGGIUNTIVO DEL GETTITO FISCALE,

  dovuto al predetto AUMENTO QUASI VERTICALE del FATTURATO del SETTORE URBANISTICO e di tutto il suo GIGANTESCO INDOTTO, ma specialmente anche per il GRANDISSIMO RISPARMIO ADDIRITTURA QUOTIDIANO in termini di SPESA PUBBLICA infrastrutturale, energetica, idrica, sanitaria, manutentiva, ecc.;

- come per il primo articolo, pure per il secondo, il VANTAGGIO per il singolo CONSUMATORE è ENORME:

  ad un PREZZO persino PIU' BASSO, rispetto all'analogo "BUCO" in un palazzone di città o paese, può avere una STUPENDA VILLETTA in un MERAVIGLIOSO ECOVILLAGGIO,

  dove, oltre ad una SALUTE praticamente MASSIMA anche per essere continuamente all'ARIA PURA ed a contatto col VERDE, ed una MOLTO MAGGIORE BELLEZZA STESSA DI VITA,

  pure grazie proprio a tutti I SISTEMI PIU' AVANZATI AL MONDO DI AUTOPRODUZIONE (già installati al momento dell'acquisto, quindi assolutamente GRATUITA) alimentare, idrica, termica, elettrica, idrotermica, ecc.,

  può finalmente VIVERE quasi SENZA NESSUNA SPESA ECONOMICA, quasi AZZERANDO LE ORE DI LAVORO

  necessario per ottenere quel minimo di soldi [per coloro che si organizzano per vivere una vita ancora più SEMPLICE (come si è già visto), e, quindi, veramente FELICE, grazie all'ecovillaggio, sarà possibile anche USCIRE DA SUBITO E DEFINITIVAMENTE DALLA SCHIAVITU' DEL LAVORO E DALLA SCHIAVITU' DEI SOLDI];

- ecc.

Ecco anche il motivo per cui conviene che OGNUNO DI NOI, TUTTI NOI ABITANTI DI QUESTO PIANETA (ALMENO PER UNA VOLTA UNITI VERAMENTE TUTTI IN QUALCOSA, IL SOGNO DEI SOGNI, UNA VITA SUL PIANETA FINALMENTE FELICE), OGNUNO nel suo piccolo,

SI IMPEGNI AL MASSIMO POSSIBILE affinchè QUESTA DIRETTIVA ONU VENGA APPROVATA E RATIFICATA DA TUTTI GLI STATI IL PRIMA POSSIBILE.

Questa volta sì che, se le predette istituzioni, mondiali, internazionali e nazionali, per qualsiasi motivo, dovessero tardare nell'approvazione di questa DIRETTIVA ONU per la SOCIETA' SOSTENIBILE e per la SOCIETA' NATURALE, o nelle sue relative RATIFICHE da parte di ogni STATO, si devono ASSOLUTAMENTE ORGANIZZARE MANIFESTAZIONI POPOLARI, anche A LIVELLO MONDIALE CONTEMPORANEO,

ma questa volta non più per una sterile protesta, bensì, del tutto al contrario
PER UNA POTENTISSIMA E DEL TUTTO RISOLUTIVA

PROPOSTA, di PORTATA ADDIRITTURA MONDIALE.

Quindi, anche a livello di eventuale manifestazione popolare, bisogna sempre passare dalla protesta alla PROPOSTA.

Art. 3

Comma 1
ECO-CONVERSIONE TOTALE del SISTEMA DI PRODUZIONE ENERGETICA MONDIALE,

dal settore petrolio-carbone-nucleare (e diverso da solare) alla TECNOLOGIA SOLARE (diretta e indiretta) (come definita e spiegata nel testo "Specie Umana:progetto 3M"), Tramite MASSIMA INCENTIVAZIONE FISCALE (specialmente sul fatturato eco-convertito come sopra delle IMPRESE PETROLIFERE in suddetta eco-conversione), MASSIMA PUBBLICITA' STATALE (specialmente su tutte le televisioni di Stato), E TUTTE LE ALTRE FORME DI MASSIMA EFFICACIA.

Inserimento delle materie tecniche relative a CARPOTECNIA, ECOVILLAGGIO, SOCIETA' NATURALE, impiantistica solare, autoveicoli ad aria compressa e analoghi (come definiti e spiegati nel testo "Specie Umana:progetto 3M") in OGNI livello tecnico di istruzione PUBBLICA e PRIVATA, come materie FONDAMENTALI e di sbarramento.

La CRISI ENERGETICA MONDIALE e' indipende dal fatto che la quantità di energia necessaria per l'attuale sistema di sviluppo è enorme, ma dal fatto che la risorsa principale che si usa per produrla, il petrolio, oltre che MASSIMAMENTE INQUINANTE, fino alle disastrose conseguenze dell'effetto serra, non solo è SCARSA, è INRINNOVABILE, ma addirittura in VELOCISSIMO ESAURIMENTO (tra l'altro, scarsità, non rinnovabilità e velocissimo esaurimento sono anche caratteristiche dell'uranio del nucleare).

La TECNOLOGIA SOLARE MODERNA, esattamente al contrario, oltre ad essere LA PIU' ECOLOGICA IN ASSOLUTO (usa esattamente la stessa risorsa primaria che usa la natura, il sole), oltre ad utilizzare la risorsa PIU' RINNOVABILE IN ASSOLUTO, e pur essendo quest'ultima ASSOLUTAMENTE ILLIMITATA,

l'unico vero ostacolo-causa che ha avuto fino ad oggi è stato SOLO ED ESCLUSIVAMENTE il fatto che per raccogliere l'energia solare occorre MOLTO PIU' TERRITORIO di quanto questo attuale modello di sviluppo non rende disponibile: ora, come abbiamo visto, questo problema di mancanza di territorio è risolto in maniera SEMPLICISSIMA E VELOCISSIMA proprio dalla PRESENTE DIRETTIVA, esattamente con il predetto PRIMO ARTICOLO, il quale,

LIBERANDO ADDIRITTURA OLTRE 4 MILIARDI DI ETTARI DI TERRITORIO MONDIALE,

consente anche non solo, come abbiamo visto, la nascita di un nuovo modello di società, la società sostenibile, ma addirittura, con la sua ENORME RETE DI ECOVILLAGGI (sviluppata orizzontalmente e mai più verticaalmente),

di disporre di UNA SUPERFICIE FINALMENTE ASSOLUTAMENTE COLOSSALE DI TETTI (delle singole villette autosufficienti), cioè OLTRE PERSINO 600 MILIARDI DI METRI QUADRI DI TETTI, senza considerare l'altrettanta superficie disponibile per eventuali microcentrali solari autoproduttive, giungendo così, finalmente, anche alla

SOLUZIONE DEFINITIVA DELLA CRISI ENERGETICA MONDIALE.

Inoltre, molti centri di studio di sostenibilità hanno calcolato che, divenendo gli STOCK di pannelli solari (fotovoltaici e termici) venduti ESPONENZIALMENTE MAGGIORI rispetto quelli attuali (persino venduti da multinazionali in massima

parte alle grandi imprese edili che costruiscono l'intera rete degli ecovillaggi), i PREZZI unitari dei PANNELLI SOLARI (sia fotovoltaici che termici) stessi SI ABBATTONO DI OLTRE L'85%, facendo, quindi, in modo che finalmente, a parità di energia (elettrica o termica) prodotta,

LA TECNOLOGIA SOLARE diventa addirittura ENORMEMENTE MENO COSTOSA del petrolio (o nucleare) stesso,

RISOLVENDO DEFINITIVAMENTE, così, anche il PROBLEMA secondario DEI COSTI, ma addirittura determinando UN GRANDISSIMO RISPARMIO IN OGNI SETTORE, dai costi di produzione aziendale, alla spesa pubblica, a quella privata, ecc.

Ovviamente, siccome nel passato tutti i freni principali ad uno sviluppo energetico solare sono venuti dal settore multinazionale petrolifero mondiale, ma anche per avere una EFFICACIA SUFFICIENTE proprio in termini di VELOCITA' REALIZZATIVA, occorre che PROPRIO il SETTORE PETROLIFERO MONDIALE sia il PRINCIPALE settore ECO-CONVERTITO (come sopra), e cioè diventi esattamente non solo IL MAGGIORE PROMOTORE, ma addirittura IL MAGGIORE REALIZZATORE TECNOLOGICO SOLARE di questo stupendo progetto di RETE MONDIALE DI ECOVILLAGGI.

Per far ciò è molto semplice: così come espresso direttamente nel presente articolo stesso, basta inserire immediatamente, sempre in ambito di normativa giuridica mondiale (DIRETTIVA ONU), internazionale (direttiva UE, ecc.), e rispettive RATIFICHE nazionali di TUTTI gli STATI, almeno delle

MASSIME INCENTIVAZIONI FISCALI specialmente a tutte quelle AZIENDE PETROLIFERE (SOLO SUL FATTURATO ECO-CONVERTITO come sopra) CHE ECO-CONVERTONO, anche parzialmente, la loro produzione da petrolifera (MASSIMAMENTE INQUINANTE), ad una PRODUZIONE

di TECNOLOGIA SOLARE (diretta e indiretta), cioè dei più EVOLUTI ed ECOLOGICI SISTEMI DI AUTOPRODUZIONE ENERGETICA SOLARE PERSONALE (o familiare), o altri ECO-PRODOTTI analoghi, (da vendere proprio alle medesime imprese edili ecovillagiche), come:

- PANNELLI SOLARI FOTOVOLTAICI;

- MICRO-IMPIANTI SOLARI TERMODINAMICI PERSONALI (per la singola villetta ecovillagica) [il SOLARE TERMODINAMICO è il SOLARE A MASSIMA EFFICIENZA AL MONDO, e, inoltre, l'unico tipo di produzione SOLARE che è capace di produrre ENERGIA ELETTRICA

  ADDIRITTURA ANCHE DI NOTTE, 24 ORE SU 24, E PERSINO SENZA SOLE DIURNO (anche per moltissimi giorni)],

- MOTORI O AUTOVEICOLI TECNOLOGICAMENTE AVANZATISSIMI AD ARIA COMPRESSA,

- COMPRESSORI ad ENERGIA SOLARE (specialmente termodinamica), (per ricaricare i serbatoi degli stessi autoveicoli ad aria compressa), [gli AUTOVEICOLI AD ARIA COMPRESSA (inventati da un progettista di formula 1, capaci di superare i 120 km/h e con una autonomia che supera le 24 ore, senza combustione e persino a freddo) SONO I PIU' ECOLOGICI AL MONDO, molto più ecologici addirittura di quelli ad idrogeno, in quanto dal loro tubo di scappamento esce SOLO ED ESCLUSIVAMENTE ARIA PURISSIMA

  (la stessa che era stata precedentemente immessa, col predetto compressore ad energia solare, nei suoi serbatoi) che NON ALTERA, quindi, MINIMAMENTE la COMPOSIZIONE CHIMICA DELL'ATMOSFERA stessa, e, di conseguenza, sono GLI UNICI compatibili con la rete mondiale di ecovillaggi, per la quale (essendo basata essenzialmente sull'autoproduzione) è ottimale, al contrario, un sistema di trasporti, infrastrutturale e automobilistico, finalmente ENORMEMENTE PIU' SEMPLICE, oltre che ecologico];

- ecc.

[Ovviamente con la rete mondiale di ecovillaggi sparirebbe immediatamente anche l'incubo del "dilemma" tra il primitivissimo nucleare e l'evolutissima TECNOLOGIA SOLARE, proprio in quanto non sarebbe più necessaria nemmeno una produzione energetica di massa (cioè da cosiddetta e anch'essa primitiva "centrale elettrica"), ma, del tutto al contrario, ci sarebbe una semplicissima

AUTOPRODUZIONE PERSONALE (o familiare) SOLARE all'interno dell'ecovillaggio stesso, che non richiede assolutamente mai più nessuna esigenza dell'esistenza di "centrali elettriche" esterne; Inoltre, occorre tenere sempre

presente che, anche a livello di centrale nucleare, anche senza considerarne i RISCHI di tipologia irreversibile, siccome bisogna considerare NON SOLO i suoi costi di installazione ma assolutamente

I COSTI TOTALI DI TUTTO IL CICLO VITALE della centrale,

- i costi SEMPRE PIU' ALTI del combustibile nucleare che, come predetto, è persino IN ESAURIMENTO in tutto il mondo,

- i costi ALTISSIMI della sua totale costruzione iniziale,

- i costi del difficile imballaggio e dei trasporti delle scorie RADIOATTIVE,

- i costi di immagazzinamento e mantenimento in "sicurezza" delle scorie RADIOATTIVE,

- i costi ALTISSIMI di manutenzione degli impianti nucleari,

- i costi GIGANTESCHI di smantellamento finale della centrale (anche per quelle più moderne è PIU' ALTO e delicato della stessa costruzione),

- i costi di BONIFICA di TUTTO il territorio intorno la centrale stessa,

- i costi di imballaggio, trasporto e immagazzinamento delle scorie RADIOATTIVE finali relative anche ai MATERIALI STESSI della centrale smantellati,

- i costi ALTISSIMI quotidiani da "protezione" e "sicurezza" da tutti gli event uali ATTENTATI TERRORISTICI che il nucleare ovviamente attira moltissimo,
- ecc.,

il dato finale PURAMENTE ECONOMICO è che una CENTRALE SOLARE TERMODINAMICA (cioè nè fotovoltaica , nè termica), (anche divisa in unità diverse) A PARITA' ASSOLUTA DI MEGAWATT PRODOTTI,

HA UN COSTO ADDIRITTURA PIU' DI 4 VOLTE INFERIORE RISPETTO QUELLA nucleare; ma, a maggior ragione, come predetto, CON LA RETE DI ECOVILLAGGI NEMMENO E' PIU' NECESSARIO IL CONCETTO STESSO DI "CENTRALE", nemmeno solare, proprio per la semplicissima AUTOPRODUZIONE (addirittura PERSONALE) SOLARE presente all'interno degli ecovillaggi stessi].

I VANTAGGI di questa ECO-CONVERSIONE industriale, anche parziale, SONO ENORMI,

a cominciare a favore esattamente per l'intero SETTORE PETROLIFERO MONDIALE

specialmente proprio dal punto di vista del PROFITTO ECONOMICO:

- proprio per il SETTORE PETROLIFERO MONDIALE, oltre ai predetti MASSIMI INCENTIVI FISCALI, I COSTI DI PRODUZIONE dei suddetti ECO-PRODOTTI sono MOLTO PIU' BASSI del costo di trivellazione, estrazione, manutenzione, ecc. delle relative strutture petrolifere, a fronte anche dei PREZZI DI VENDITA degli eco-prodotti che sono MOLTO PIU' ALTI, cosa che determina un PROFITTO PER UNITA' DI TEMPO MOLTO MAGGIORE, ma addirittura il MERCATO dei suddetti ECO-PRODOTTI sarebbe
  IN ESPANSIONE TOTALMENTE ESPONENZIALE, persino a livello MONDIALE

  (anche TRAINATO specialmente dall'applicazione dei PRIMI DUE predetti ARTICOLI giuridici, che porterebbero le IMPRESE EDILI ECOVILLAGICHE

  ad una GIGANTESCA RICHIESTA proprio di QUEGLI ECO-PRODOTTI, e relativamente ai quali, UNA VOLTA INSTALLATI, le IMPRESE PETROIFERE IN ECO-CONVERSIONE

  INCREMENTEREBBERO ULTERIOLMENTE ENORMEMENTE IL PROFITTO anche sulla produzione atta a soddisfare la CONTINUA RICHIESTA delle SOSTITUZIONI TOTALI PERIODICHE, dei CONTINUI PEZZI DI RICAMBIO, della MANUTENZIONE ORDINARIA, ecc.),

  IN MANIERA DEL TUTTO OPPOSTA a quello petrolifero stesso, che, invece, è esattamente

QUELLO CHE STA ATTRAVERSANDO PROPRIO LA SUA ULTIMA FASE DI TRAMONTO DEFINITIVO, da TUTTI I PUNTI DI VISTA (tra l'altro, anche tutte le città e amministrazioni politiche del mondo stanno AUMENTANDO SEMPRE DI PIU' I DIVIETI per gli autoveicoli INQUINANTI, a cominciare PROPRIO DA QUELLI CHE USANO ANCORA DERIVATI DEL PETROLIO);

- l'IMPRESA PETROLIFERA (compreso l'INDOTTO) in suddetta ECO-CONVERSIONE ha anche un ULTERIORE GIGANTESCO VANTAGGIO in termini della TOTALMENTE ESSENZIALE IMMAGINE AZIENDALE, che diventerebbe non più distruttrice, ma SALVAGUARDANTE il pianeta (produzione assolutamente ECOLOGICA, vista anche la RIDUZIONE dell'impatto AMBIENTALE ad un livello QUASI NULLO, e ad impatto SOCIALE totale enormemente POSITIVO),

  divenendo addirittura il TRAINO PRINCIPALE di tutta la TECNOLOGIA ECOLOGICA MONDIALE; l'immagine aziendale improvvisamente MOLTO POSITIVA (aiutata immensamente anche dalla PUBBLICITA' TELEVISIVA STATALE proprio sull'ECO-CONVERSIONE, come esprimono gli stessi articoli della direttiva) ATTIREREBBE inevitabilmente GRANDI PROFITTI pure DURANTE L'ECO-CONVERSIONE STESSA, non solo annullando completamente il suo costo (insieme ai massimi incentivi fiscali, anche sulla medesima), ma persino AUMENTANDO decisamente I PROFITTI da SUBITO;

- Inoltre, se l'ECO-CONVERSIONE è effettuata PRIMA delle altre aziende analoghe, dopo si troverebbe ad essere addirittura

  l'AZIENDA LEADER DELL'INTERO NUOVO ECO-SETTORE;

- come per i precedenti articoli, questa ECO-CONVERSIONE dell'intero settore PETROLIFERO mondiale,

  attraverso l'AUMENTO ESPONENZIALE dei FATTURATI delle stesse imprese PETROLIFERE in ECO-CONVERSIONE e del loro INTERO INDOTTO, anche dovuto all'ALLARGAMENTO ENORME delle loro VENDITE in TUTTO il PIANETA, a sua volta per effetto dei PRIMI DUE ARTICOLI della presente direttiva, PORTA, come immediata conseguenza,

  CAPITALI COLOSSALI pure in TUTTE le istituzioni BANCARIE, NAZIONALI ed INTERNAZIONALI;

- ancora una volta, per ogni STATO e PARLAMENTO dell'intero pianeta non solo la ratifica e l'applicazione del presente articolo e DIRETTIVA è a COSTO ASSOLUTAMENTE ZERO, ma addirittura vi è la stessa ENORME CONVENIENZA sempre anche per la DISPONIBILITA' ECONOMICA degli STATI e PARLAMENTI stessi di tutto il mondo,

  visto sia l'AUMENTO ESPONENZIALE che avrebbe il GETTITO FISCALE, per l'AUMENTO IMPROVVISO di questo tipo di NUOVE COLOSSALI PRODUZIONI a livello addirittura MONDIALE, sia IL GIGANTESCO RISPARMIO in termini di SPESA PUBBLICA, relativa specialmente a numerosissimi settori: sanitario (i danni salutistici da smog determinano una spesa sanitaria annuale altissima), ambientale, manutentivo, ecc.;

- il COMMA 2 (consentito soprattutto da una procedura d'URGENZA dovuta all'attuale predetta situazione EMERGENZIALE mondiale) è FONDAMENTALE per le IMPRESE, BANCHE, STATO e consumatori, anche in quanto, oltre ad informare ancora meglio la popolazione sull'esistenza, funzione e soprattutto TECNICA di PRODUZIONE di TUTTI gli eco-prodotti relativi alla presente direttiva, proprio per questo motivo costituiscono per TUTTE le IMPRESE in ecoconversione inerente la presente direttiva, non solo una ulteriore fonte parallela di ENORME PUBBLICITA' dei loro prodotti esattamente della MASSIMA ESTENSIONE, persino del tutto GRATUITA ed automatica, ma addirittura una fonte ESSENZIALE di MANODOPERA SPECIALIZZATA relativa precisamente a TUTTI i suddetti ecoprodotti;

- anche ulteriolmente per il CONSUMATORE i VANTAGGI di questa ECO-CONVERSIONE del settore PETROLIFERO sarebbero GRANDISSIMI,

  a cominciare dal punto di vista del PREZZO dell'ECO-PRODOTTO finito [TECNOLOGICO SOLARE (diretto o indiretto)], che sarebbe ENORMEMENTE INFERIORE rispetto agli attuali proprio in quanto messo sul mercato da MULTINAZIONALI POTENTISSIME che produrrebbero STOCK COLOSSALI di tali quantità (per soddisfare tutta l'improvvisa richiesta MONDIALE dovuta specialmente a QUESTA DIRETTIVA) da SCHIACCIARE INCREDIBILMENTE IL PREZZO al consumo;

- ecc.

Art. 4

Comma 1
CONVERSIONE NATURALE TOTALE del SISTEMA SOCIALE MONDIALE, dal sistema sociale attuale (e società sostenibile) alla SOCIETA' NATURALE GLOBALE (come definita e spiegata nel testo "Specie Umana:progetto 3M"), tramite MASSIMA INCENTIVAZIONE TOTALE (specialmente azzeramento delle tasse di ogni tipo sulla proprietà relativa alla SOCIETA' NATURALE, dall'acquisto, al mantenimento, ecc.) MASSIMA PUBBLICITA' STATALE (specialmente su tutte le televisioni di Stato), E TUTTE LE ALTRE FORME DI MASSIMA EFFICACIA.

Comma 2
OGNI NAZIONE DEL PIANETA deve FONDARE SUBITO, nel proprio territorio principale, almeno una predetta SOCIETA' NATURALE (minimo di 1 km quadrato), con l'obiettivo di ESTENDERLA (con la MASSIMA VELOCITA') A TUTTO IL TERRITORIO ANTROPIZZABILE NAZIONALE; ogni SOCIETA' NATURALE ha lo status giuridico di PATRIMONIO dell'UMANITA', con tutta la relativa tutela giuridica nazionale ed internazionale;

si istituisce una "Commissione ONU per la GNS" (Global Natural Society) con il compito di coordinamento mondiale A MASSIMA EFFICACIA per la FORMAZIONE e l'ESTENSIONE (con la MASSIMA VELOCITA') della SOCIETA' NATURALE A TUTTO IL TERRITORIO ANTROPIZZABILE MONDIALE, a formare la definitiva SOCIETA' NATURALE GLOBALE.

L'analisi più dettagliata della CRISI del SISTEMA DI SVILUPPO ATTUALE, dalla crisi alimentare mondiale, alla crisi urbanistica mondiale, alla crisi energetica mondiale,

porta i primi tre articoli della presente direttiva a costituire un tamponamento emergenziale, ad una ad una, rispettivamente delle tre suddette crisi mondiali, ed il risultato finale è la nascita della predetta SOCIETA' SOSTENIBILE, proprio in quanto parte da un modello di sviluppo letteralmente catastrofico a cui costituisce solo un TAMPONAMENTO EMERGENZIALE, e che, ovviamente, come abbiamo già visto, ha un carattere di idoneità mai totale con la nostra specie, che solamente una FASE ASSOLUTAMENTE TRANSITORIA, verso la massimamente evoluta SOCIETA' NATURALE, espressa in questo quarto articolo, la quale, però, sempre come specificato in esso, deve cominciare a formarsi fin da SUBITO, proprio perchè, in ogni cambiamento, è sempre DEL TUTTO INDISPENSABILE UNA PRECISISSIMA DIREZIONE FINALE DI MARCIA.

Infatti, nell'analisi più generale, la CRISI del SISTEMA DI SVILUPPO attuale, e, quindi, del SISTEMA SOCIALE MONDIALE attuale, dipende semplicemente dal fatto che

LA NOSTRA SOCIETA' E' ATTUALMENTE INSERITA ANCORA IN UN ECOSISTEMA NON ADATTO ALLA SPECIE UMANA, e, dunque, la CONVERSIONE NATURALE graduale, e COMPLETAMENTE SPONTANEA, dell'attuale ecosistema mondiale relativo alla nostra specie, cioè sia dell'attuale sistema sociale totalmente insostenibile, sia della predetta società sostenibile, verso l'ecosistema antropico (cioè adatto alla specie umana) globale, è possibile solo ricostituendo un piccolo ecosistema antropico, quindi una piccola SOCIETA' NATURALE, per ogni nazione del pianeta,

e, poi, semplicemente ESTENDENDO gradualmente ognuna di queste società naturali (o fondandone altre), fino a coprire TUTTO IL TERRITORIO ANTROPIZZABILE MONDIALE, giungendo finalmente alla SOCIETA' NATURALE GLOBALE.

Quindi, la presente direttiva, nei primi tre articoli, serve solo per fondare una società sostenibile parallela (che è una fase di transizione comunque importante), ma siccome, ovviamente, L'OBIETTIVO FINALE DEL PIANETA E' LA SOCIETA' NATURALE, il quarto articolo ha esattamente questo scopo.

Questo quarto articolo, dunque, è DEL TUTTO ESSENZIALE proprio per iniziare immediatamente ad innescare il processo che porta alla predetta PIU' MERAVIGIOSA DELLE ESPERIENZE CHE UN ESSERE UMANO PUO' VIVERE SU QUESTO PIANETA: appunto, la SOCIETA' NATURALE, sempre così come definita e spiegata nel presente testo ("Specie Umana").

La sua struttura non solo è molto semplice, ma è proprio il MODELLO SOCIALE UMANO PIU' SEMPLICE MAI ESISTITO

(dopo che lo abbiamo già vissuto per oltre 5,2 milioni di anni, come abbiamo visto nel paragrafo relativo alla paleoantropologia moderna): consiste, come predetto, semplicemente nel ripristinare, in modo naturale, l'ECOSISTEMA ANTROPICO GLOBALE (ovvero la nicchia ecologica specie-specifica della specie umana).

Come espresso nello stesso presente articolo, come primo passo realizzativo, la procedura più semplice è che

OGNI NAZIONE DEL PIANETA approvi già da SUBITO una legge che consente l'apertura di un grande [il più grande possibile, come minimo 1 chilometro quadrato, cioè 100 ettari; se fuori della fascia inter-tropicale, con una struttura abitativa di legno (a doppio strato) per ogni 100 ettari, avente le caratteristiche predette, e con una superficie minima di 1000 metri quadri, divisi in 2 piani] (sorta di) "parco naturale per la specie umana" (proprio esattamente come altri parchi sono dedicati ad altre specie animali, ma questo, ovviamente, per noi è DEL TUTTO ESSENZIALE), cioè, più esattamente,

finalmente proprio di una piccola SOCIETA' NATURALE.

Subito dopo, è sufficiente, tramite tutte le forme di MASSIMA EFFICACIA (specialmente quelle espresse nel presente articolo stesso), che OGNI NAZIONE ESTENDA GRADUALMENTE LA SOCIETA' NATURALE a TUTTO IL TERRITORIO ANTROPIZZABILE (cioè vivibile dall'uomo) NAZIONALE. E' SEMPLICISSIMO, è a COSTO praticamente ZERO, nessun lavoro o macchinari da impiegare, e, per ogni società naturale o sua estensione, è a TEMPO DI REALIZZAZIONE praticamente ZERO: infatti, come abbiamo già visto con la scienza ecosistemica, si tratta solo di un ripristino di un GIGANTESCO MELETO (da seme), vale a dire un vero e proprio PARADISO TERRESTRE.

Ovviamente, visto che si tratta proprio esattamente della fase finale del PERFEZIONAMENTO EVOLUTIVO DELLA INTERA SPECIE UMANA MONDIALE,

tutto deve essere COMPLETAMENTE NATURALE, a cominciare dai MELI, che per prima cosa devono nascere ASSOLUTAMENTE DA SEME, e nello stesso punto esatto in cui saranno adulti, quindi anche MAI TRAPIANTATI, e, inoltre, MAI POTATI, MAI TRATTATI in nessun modo se non quello sopra descritto relativo all'equilibrio ecosistemico antropico, e, cosa anch'essa del tutto essenziale, finalmente (almeno nella fascia inter-tropicale)

l'ASSOLUTA ASSENZA DI GABBIE per animali umani (che noi ancora chiamiamo "case").

Quindi, sempre almeno nella fascia inter-tropicale, in un clima ideale tutto l'anno come quello, finalmente NESSUNA COSTRUZIONE ARTIFICIALE, NESSUN MURO, NESSUN TETTO O SOFFITTO che ci nasconde LA MERAVIGLIOSA VISTA DELLE STELLE NOTTURNE IN MEZZO ALLE FRONDE DEGLI ALBERI

(l'eventuale pioggia inter-tropicale è tiepida e addirittura piacevole, specialmente per un organismo come quello da fruttariano sostenibile, a melariano, a respirariano, rispettivamente in buonissima, ottima e perfetta salute), NESSUN MATTONE (o albero tagliato) per sopravviverci INGABBIATI DENTRO LETTERALMENTE COME AUTOINCARCERATI,

e, inoltre, più nessuna traccia di QUALSIASI ALTRO PRODOTTO ARTIFICIALE, dall'altra ORRENDA GABBIA ANCORA PIU' STRETTA DEI VESTITI, agli orologi, ai mobili, ai veicoli, alle strade, o qualsiasi altro FATTORE D'INNESCO DI INFELICITA' (anche inconscia),

(come abbiamo visto nei paragrafi precedenti, l'INFELICITA' prodotta AUTOMATICAMENTE dai prodotti ARTIFICIALI si innesca ALZANDO patologicamente l'energia strutturale del nostro SISTEMA NERVOSO, che, come tutti i sistemi materiali dell'universo, punta, invece, sempre verso una situazione di MINIMA energia strutturale, che noi chiamiamo FELICITA'), che l'INTOSSICAZIONE ASPECIFICA MENTALE dell'uomo abbia mai vomitato su questo pianeta.

E' anche ovvio che, come abbiamo visto nel capitolo relativo alla paleoantropologia moderna, sia il MELO che la SPECIE UMANA è vero che sono specie intertropicali, più esattamente EQUATORIALI, ma è anche vero che sono specie equatoriali da circa 800 METRI DI ALTITUDINE, quindi, specialmente a misura che ci si avvicina all'equatore, la SOCIETA' NATURALE va fatta salire il più possibile mediamente a QUELLA ALTITUDINE, dove (appunto all'equatore) senza caldo afoso e torrido per noi e per il melo, ma, invece, una PIACEVOLISSIMA TEMPERATURA DI VIVO TEPORE, SIA DI GIORNO CHE DI NOTTE, ED ADDIRITTURA PER TUTTO L'ANNO.

Inoltre, è ancora ovvio che, essendo questa L'OPERAZIONE PIU' ALTA ED IMPORTANTE CHE L'UOMO ABBIA MAI COMPIUTO IN TUTTA LA SUA STORIA, queste SOCIETA' NATURALI, in tutti gli Stati mondiali, sono e diventino immediatamente, anche giuridicamente, PATRIMONIO DELL'UMANITA' e, di conseguenza, PROTETTE ASSOLUTAMENTE in modo GIURIDICO e burocratico, NAZIONALE ED INTERNAZIONALE, AL MASSIMO LIVELLO, visto che sono proprio esattamente LA COSA PIU' PREZIOSA IN ASSOLUTO CHE ABBIAMO SU QUESTO PIANETA.

Essendo PATRIMONIO DELL'UMANITA', e mai del singolo Stato, è anche ovvio che, a maggior ragione, chiunque, QUALSIASI PERSONA (umana) DELL'INTERO PIANETA, da qualsiasi Nazione provenga, nella SOCIETA' NATURALE deve poter ENTRARE e VIVERCI QUANTO VUOLE

del tutto LIBERAMENTE, e soprattutto GRATUITAMENTE, sempre a patto che, naturalmente, RISPETTI TOTALMENTE il predetto STATUTO NATURALE, che ha il solo obiettivo di tutelare l'ARMONIA e la CONVIVENZA SERENA E FELICE DI TUTTI I SUOI ABITANTI, che spontaneamente possono arrivare proprio da tutte le parti del mondo

(la copertura praticamente totale del territorio della società naturale a meli, è anche perchè il numero massimo di persone in un ecosistema si basa spontaneamente, come sempre avviene in natura, solo ed esclusivamente sulla disponibilità di cibo e sullo spazio psicologico, che deve sempre essere in abbondanza, anche per consentire di lasciare assolutamente una GRANDE ARMONIA tra le persone, che, ovviamente, deve MAI PIU' devono essere costrette alla schiavitù del lavoro per vivere, o a qualsiasi altra schiavitù, dei soldi, del mutuo, dell'affitto, delle tasse, delle bollette, ecc.).

Finalmente si avrebbe una VERA SOCIETA' UMANA, una società che MAI DIVIDE PIU' LE PERSONE, in "cittadini" di uno

"Stato" od un altro, in una "razza" o in un altra, in "ricchi" e "poveri", di una "categoria lavorativa" o di un'altra, ma, finalmente, composta di ESSERI VIVENTI, che vivono in perfetta ARMONIA,

anche in virtù della completa assenza di tutte le suddette differenziazioni, assolutamente ARTIFICIALI e del tutto PATOLOGICHE e PATOGENICHE, e soprattutto che vivono DA ESSERI LIBERI da TUTTI i punti di vista, dalle malattie, alla schiavitù del lavoro, ecc.,

persone che possono finalmente anche liberare tutta la loro spontaneità, allegria, gioco spontaneo, fantasia, gioia, in una parola, tutta la loro vera e propria FELICITA'.

Anche grazie proprio a questa MASSIMA PROMISCUITA' DI RAZZE, le generazioni successive, come ci insegna pure la genetica, sfruttando proprio la MASSIMA DIFFERENZIAZIONE GENETICA, che in natura è esattamente sinonimo di FORZA di SPECIE, saranno sempre più non solo FORTI, BELLE e RESISTENTI A QUALSIASI FORMA PATOLOGICA AL MONDO, ma addirittura con una DIFFERENZIAZIONE TRA LE RAZZE SEMPRE MINORE, fino a raggiungere, anche da quel punto di vista, finalmente solo una MINIMA DIFFERENZIAZIONE PIACEVOLISSIMA ed ARMONICA tra tutti i SINGOLI individui, come è SEMPRE STATO anche nella NOSTRA SPECIE, prima che le glaciazioni ci separassero totalmente.

Queste piccole ma PREZIOSISSIME SOCIETA' NATURALI è DEL TUTTO ESSENZIALE che siano fondate IMMEDIATAMENTE ed in TUTTI gli Stati (inter-tropicali ed extratropicali), ai quali si prega vivamente, cosa che va prima di tutto a loro stesso MASSIMO VANTAGGIO, di ACCELERARNE tutta la procedura.

La SOCIETA' NATURALE citata in questo quarto articolo deve avere i seguenti caratteri FONDAMENTALI di NATURALITA' relativa alla specie umana (oltre quelli già descritti in questo testo "Specie Umana"):

a) Il territorio interno alla SOCIETA' NATURALE non deve contenere altro che un MELETO (almeno principalmente della varietà ROSSA STARK-DELIZIOSA), formato da alberi rigorosamente DA SEME, mai innestati, mai trapiantati, mai potati, mai alterati in alcun modo, senza NESSUN tipo di trattamento (nemmeno "biologico", o "biodinamico", ecc.), uniti da prato (nano, come già spiegato), (altri particolari, ad esempio di alimentazione delle piante stesse, si possono approfondire sui paragrafi di questo testo relativi all'ecosistema antropico).
La disposizione degli ALBERI deve essere a GRUPPI di un CENTINAIO di unità (distanziati a circa 10 METRI l'uno dall'altro, anche internamente al gruppo sempre almeno principalmente di varietà ROSSA STARK-DELIZIOSA),

   ogni gruppo di alberi separato dall'altro da una distanza pari circa al DIAMETRO del gruppo arboreo stesso (fino a coprire, in questo modo, TUTTA l'estensione del territorio della SOCIETA' NATURALE stessa), in modo tale anche da lasciare radure e spazi liberi di PRATO aperto,

   e da consentire la formazione SPONTANEA anche di GRUPPI di PERSONE, sempre aperti e con dinamica sempre del tutto LIBERA, all'interno della anche numerosissima popolazione totale interna (come predetto la specie umana è adatta a GRUPPI spontanei e aperti di una DECINA di PERSONE, numero NATURALE ideale e nel quale ogni individuo può raggiungere la MASSIMA ARMONIA con tutti gli altri);

   successivamente si lascerà la vegetazione alla sua evoluzione SPONTANEA , con assestamenti di riequilibrio da parte dell'uomo solo se si modifica l'impostazione predetta, o se la quantità di frutta diventa inferiore a quella necessaria.

   A parte una UNICA RECINZIONE PERIMETRALE (di tutta la SOCIETA' NATURALE), al solo scopo di TUTELA degli abitanti interni da persone o animali esterni, senza altre recinzioni o delimitazioni territoriali interne di nessun tipo; TUTTE le persone devono poter circolare LIBERAMENTE e comportarsi SPONTANEAMENTE, dove vogliono e quanto vogliono.

b) L'intera SOCIETA' NATURALE mai sarà di proprietà dello Stato ma deve essere sempre intestata alla medesima predetta Fondazione GNS (Global Natural Society), che risponderà SOLO al suo stesso predetto STATUTO NATURALE. Conferimento IMMEDIATO del titolo di PATRIMONIO dell'UMANITA' ad OGNUNA delle suddette SOCIETA' NATURALI, e conseguente LIBERO, e soprattutto DEL TUTTO GRATUITO, ACCESSO ed USCITA da esse in qualsiasi momento, e SENZA ALCUN LIMITE TEMPORALE minimo o massimo,

   di OGNI ABITANTE dell'INTERO PIANETA (di QUALSIASI età, compresi assolutamente i minorenni), da QUALSIASI Nazione egli provenga (l'ingresso in qualsiasi Stato a scopo di entrata nella SOCIETA' NATURALE, deve essere ESENTE da visti o permessi di qualsiasi tipo, da vaccinazioni o profilassi di qualsiasi tipo, e analoghi) a patto, ovviamente, che RISPETTI il predetto STATUTO della società naturale, I l quale è VALIDO (CON LO STESSO TESTO) per TUTTE LE SOCIETA' NATURALI DEL PIANETA, seguendo tutti i principi naturali sopra

esposti.

c) Ogni SOCIETA' NATURALE di ogni Stato (la prima di esso deve essere fondata IMMEDIATAMENTE) dovrà avere un territorio SEMPRE ESPANDIBILE in base alla richiesta della popolazione MONDIALE, desunta anche dalla quantità di persone che in essa entrano o vorrebbero entrare.-

Una apposita COMMISSIONE dell'ONU per la GNS dovrà attuare un COORDINAMENTO MONDIALE tale che STIMOLI ed AIUTI in OGNI MODO la progressiva formazione di una SOCIETA' NATURALE GLOBALE (cioè che copre TUTTO il territorio antropizzabile mondiale) UNICA, proprio a partire dall'ESPANSIONE delle varie SOCIETA' NATURALI di OGNI Stato mondiale, intertropicale ed extratropicale,
e che conferisca un carattere di EFFICACIA e DEFINITIVITA' a questa TOTALMENTE INDISPENSABILE evoluzione della nostra specie e SOCIETA'.

I VANTAGGI del presente QUARTO ARTICOLO sono finalmente I MASSIMI ESISTENTI PER TUTTI:

- VANTAGGI ENORMI sono per tutto il settore INDUSTRIALE mondiale, specialmente per le MULTINAZIONALI, in quanto la fase di transizione alla società naturale assorbirebbe almeno parte della fortissima tendenza all'esaurimento delle risorse planetarie, che, come arcinoto, costituiscono proprio assolutamente L'UNICA LORO FONTE DI PROFITTO,

facendo addirittura AUMENTARE DECISAMENTE quest'ultimo, proprio per la maggiore disponibilità delle risorse stesse;

- il rischio minore del collasso del sistema industriale gobale dovuto ai suddetti enormi vantaggi a partire dalle multinazionali, specialmente in termini di risorse e, quindi, di PROFITTO, porta anche tutto il SISTEMA BANCARIO MONDIALE ad avere una costante DIVERSIFICAZIONE MASSIMA degli introiti di capitale, e quindi SICUREZZA di questi ultimi, ma, come conseguenza del relativo maggiore fatturato, ad INROITI DI CAPITALE DECISAMENTE MAGGIORI;

- il suddetto aumento di fatturato, specialmente delle multinazionali, incrementando decisamente il gettito fiscale, darebbe un

  GRANDE AUMENTO DI DISPONIBILITA' ECONOMICA anche per ogni STATO e PARLAMENTO del pianeta, che, con la crescita della società naturale, si avvierebbe, finalmente, pure verso la VELOCISSIMA SOLUZIONE DEFINITIVA

  della sovrappopolazione (come predetto, la naturalizzazione dell'apporto proteico porta anche al riequilibrio riproduttivo), della crisi degli alloggi, della disoccupazione, della povertà, della povertà estrema, del barbonaggio, della morte e sofferenza per fame nel mondo, del traffico, dell'inquinamento, del sovraffollamento negli ospedali, negli uffici, della carenza del verde e del verde produttivo, ecc. portando, come immediata conseguenza, anche ad un

  GIGANTESCO AUMENTO DEL CONSENSO SULL'INTERO PARLAMENTO STESSO;

- OGNI CITTADINO DEL PIANETA, essendo assolutamente libero di entrare quando vuole nella società naturale, e rimanervi quanto vuole, come abbiamo già visto sia nei paragrafi relativi alla definizione e spiegazione della società naturale stessa, sia attraverso i suddetti vantaggi relativi allo Stato in generale, ottiene i VANTAGGI PIU' DIRETTI: libertà, indipendenza, vacanza massima e gratis, poter abbandonare tutti i problemi quando vuole, massima salute, massima compagnia, ecc.;

- i VANTAGGI sull'AMBIENTE sono, ovviamente, I MASSIMI ESISTENTI, visto che, finalmente, si raggiungerebbe il ristabilimento dell'ECOSISTEMA ANTROPICO GLOBALE, e, cioè, proprio LA MASSIMA EVOLUZIONE DELL'INTERO ECOSISTEMA MONDIALE;

- ecc.

Questi 4 articoli della presente DIRETTIVA hanno, dunque, una POTENZIALITA' PRATICA ENORME interna ad ognuno di essi, ma essendo anche

OGNUNO PREPARATORIO e POTENZIANTE il successivo, ed addirittura con un FEEDBACK GIGANTESCO pure sul precedente, sviluppano una SINERGIA POSITIVA persino ENORMEMENTE ESPLOSIVA ed innescante, a sua volta, UNA

REAZIONE A CATENA VELOCISSIMA DI EVENTI RISOLUTIVI di TUTTA LA PROBLEMATICA-CAUSA ma anche di TUTTA LA PROBLEMATICA -EFFETTO dell'INTERO PIANETA.

E', quindi, TOTALMENTE ESSENZIALE che si approvino IMMEDIATAMENTE TUTTI E 4 GLI ARTICOLI, E IN TOTO, sia in sede ONU, che internazionale, che nazionale, e specialmente il QUARTO ARTICOLO che è capace, al limite anche da solo, di SALVARE DEFINITIVAMENTE IL PIANETA.

Precisazioni sull' APPELLO URGENTE a tutte le autorità politiche per l'APPROVAZIONE della predetta DIRETTIVA ONU, e successive RATIFICHE da parte delle 192 Nazioni del pianeta

L'appello, quindi, che si rivolge a tutte le autorità politiche mondiali, internazionali e nazionali, ma alla PERSONA stessa, proprio in quanto ABITANTE di QUESTO PIANETA.

Si invita a comprendere PROFONDAMENTE una cosa ASSOLUTAMENTE FONDAMENTALE: questa sopra appena esposta non è una semplice direttiva, ma, derivando anche da CENTINAIA di anni di studi AVANZATISSIMI, dalla paleoantropologia, all'anatomia comparata, fisiologia comparata, scienza dell'alimentazione, patologia, gerontologia, ecosistemica, ecc., tutte scienze aggiornate e riassemblate in chiave MODERNISSIMA da addirittiura MOLTE CENTINAIA di scienziati DI TUTTO IL MONDO, espresse anche nel presente testo,

costituisce finalmente non un tamponamento provvisorio di una situazione catastrofica globale, ma, del tutto al contrario, finalmente una SOLUZIONE DEFINITIVA ad essa, un vero e proprio PIANO DI USCITA da una situazione mondiale ormai sull'orlo del collasso, da assolutamente tutti i punti di vista.

CHIUNQUE (in QUALSIASI parte del pianeta), dall'ANALFABETA allo SCIENZIATO, dalla CASALINGA al PRESIDENTE degli STATI UNITI d'AMERICA, possa fare qualcosa, QUALSIASI COSA,

per fare APPROVARE ed APPLICARE questa DIRETTIVA, in QUALSIASI sua fase, dalla sede ONU, fino a tutte le RATIFICHE ed APPLICAZIONI (industriali e generali) nazionali, fino alla sua PIU' TOTALE ATTUAZIONE, possa sentirsi anche MASSIMAMENTE ONORATO di FARLO, sapendo, inoltre, che è ASSOLUTAMENTE la PRIMA VOLTA nell'INTERA storia della specie umana che pure solo POCHI uomini possono, con una UNICA semplice azione di approvazione ed attuazione di una DIRETTIVA di questa COLOSSALE POTENZIALITA' PLANETARIA,

tramite anche una

ECCEZIONALE REAZIONE A CATENA di EVENTI POSITIVI che da essa scaturiscono, RISOLVERE, addirittura IN UN COLPO SOLO, praticamente e semplicemente TUTTI I PROBLEMI ESISTENTI SU QUESTO PIANETA.

Se questo pianeta ce la farà ad uscire da questa situazione, mai così sull'orlo dell'imprevedibile irreversibilità dei sistemi ipercomplessi, sarà solo perchè, almeno per UNA VOLTA nella storia dell'uomo,

SAPREMO UNIRCI TUTTI INSIEME SU QUALCOSA, con TUTTE le nostre forze, ma, soprattutto, usando l'arma PIU' INVINCIBILEi che abbiamo: il nostro CUORE.

Come sempre, per l'EFFICACIA giuridica di qualsiasi provvedimento, occorre la MASSIMA SEMPLICITA', anche in termini di NUMERO di articoli e DETTAGLI; è necessario, quindi, lasciare intatta anche QUESTA IMPOSTAZIONE GIURIDICA. L'applicazione di questa semplice DIRETTIVA ONU, con la sua RATIFICA da parte degli Stati, porta finalmente, come predetto, l'INTERO PIANETA ad un TOTALE SBLOCCO e SOLUZIONE dell'attuale situazione APPARENTEMENTE senza via d'uscita.

Questa DIRETTIVA determinerebbe, infatti, la massimamente proficua COMPRESENZA sullo stesso pianeta di questi 3 MODELLI di SOCIETA', la società capitalistica, la società sostenibile (la rete mondiale di ecovillaggi), e la fantastica avanzatissima SOCIETA' NATURALE,

che porterebbe, col tempo, i tre modelli stessi ad una grandissima selezione naturale reciproca POSITIVA lasciando alla fine, ovviamente, solo il modello sociale PIU' EVOLUTO, il quale, per stessa definizione di evoluzione, come sempre, è quello che SPRECA MENO ENERGIA, e quindi, ovviamente, proprio l'evolutissima SOCIETA' NATURALE.

Uno dei TANTISSIMI aspetti ideali di questa selezione naturale positiva, è che il modello di società finale sarà conseguenza proprio delle SCELTE ASSOLUTAMENTE SPONTANEE di OGNUNO dei miliardi di abitanti dell'intero pianeta.

Infatti, grazie SOLO ED ESCLUSIVAMENTE a QUESTA semplice direttiva, OGNI abitante del pianeta non dovrà MAI PIU' essere costretto ad essere letteralmente SCHIAVO di una società capitalista che, anche CONTRO TUTTA LA SUA VOGLIA, lo COSTRINGE (per come è strutturato il sistema stesso) a DANNEGGIARE ENORMEMENTE se stesso e

l'ambiente, per esattamente OGNI SINGOLA azione giornaliera che compie, anche in buona fede, ma potrà finalmente fare una SCELTA di vita CONSAPEVOLE anche in una delle ALTRE DUE DIREZIONI POSSIBILI che gli offre proprio la DIRETTIVA:

la società sostenibile e la perfetta SOCIETA' NATURALE, le quali consentono entrambe, a chiunque, proprio di USCIRE da questa situazione.

Quindi, è SOLO ED ESCLUSIVAMENTE con QUESTA semplicissima DIRETTIVA APPLICATA, che l'intera SOCIETA' MONDIALE potrà non solo diventare prima sostenibile e poi finalmente NATURALE,

ma addirittura nel modo anche più giuridicamente DEMOCRATICO e moralmente FANTASTICO che esiste, cioè con la gradualità ed i tempi decisi UNICAMENTE dalla ASSOLUTA SPONTANEITA' MONDIALE DI TUTTI I SUOI ABITANTI, che mai dovrebbero fare altro che seguire ognuno IL PROPRIO SOGNO, messi però questa volta in assoluta POSSIBILTA' MERAVIGLIOSA DI SCELTA.

D'ora in poi, quindi, nemmeno c'è più bisogno di rincorrerre una ideologia politica, o un partito che ci fa solo promesse che mai può mantenere, vista proprio la MORSA STRITOLANTE di INSOSTENIBILITA' MONDIALE del nostro attuale modello di sviluppo, ma, del tutto al contrario, possiamo finalmente puntare ad essere PRATICI, e, per la PRIMA VOLTA nell'INTERA storia dell'uomo, a determinare una VERA svolta del nostro INTERO modello di sviluppo, che, come abbiamo già visto nei capitoli relativi alla paleoantropologia moderna e urbanistica comparata moderna, è rimasto TOTALMENTE PRIMITIVO, e praticamente IDENTICO a TUTTI i parametri di base del modello sociale di DISPERAZIONE POST-GLACIALE.

Ora, quindi, dobbiamo che unire TUTTI le nostre energie in un'UNICA, SOLA e PRECISISSIMA direzione:

L'APPROVAZIONE IMMEDIATA da parte dell'ONU di questa semplicissima DIRETTIVA, e la sua IMMEDIATA RATIFICA da parte di TUTTE le Nazioni del pianeta. NESSUNO SI SENTA ESCLUSO, anche fosse l'ULTIMA BATTAGLIA DI CIVILTA' che dovremo affrontare,DOBBIAMO FARLA E SUBITO,

visto che la distruzione del pianeta non ci dà più tempo, anche a costo di dover scendere in piazza tutti i giorni per manifestazioni mondiali IN QUELLA DIREZIONE, con la differenza, però, che adesso, si tratta di sostenere addirittura LA PIU' GRANDE ed anche scientifica PROPOSTA di tutti i tempi.

E con un'altra differenza. Questa volta, come accennato, useremo tutti l'arma PIU' INVINCIBILE di cui la NATURA stessa ci ha dotato: il nostro CUORE. Precisazione sulla più moderna impostazione OLOSCIENTIFICA relativa anche alla base e derivazione informazionale REALE

Si precisa che nel presente testo si segnalano non molte fonti par-scientifiche, oltre ai motivi predetti nella premessa, sia perché si trovano già tutte ABBONDANTEMEMENTE su internet o nelle rispettive biblioteche scientifiche specialistiche di ogni settore, ma soprattutto PER INSEGNARE CHE

L’UNICA VERA FONTE SCIENTIFICA FONDAMENTALE è sempre SOLO ed ESCLUSIVAMENTE l’ESPERIENZA PERSONALE DIRETTA, specialmente sull’asse centrale e portante della nostra intera esistenza, da quello NUTRIZIONALE a quello ECOVILLAGICO e di SOCIETA’ NATURALE.

APPELLO URGENTE a TUTTI, a cominciare dall'ONU, FAO, OMS,

e a TUTTI coloro che possono convincere i vertici dei MASS-MEDIA e ISTITUZIONALI a qualsiasi livello, riguardo soprattutto la cosiddetta "FAME nel MONDO": attuazione della seguente semplicissima sua SOLUZIONE IMMEDIATA

Da sempre tutti tendono al progresso, ma siccome ovviamente COME PUO' DEFINIRSI PROGREDITO UN PIANETA CHE NEMMENO RIESCE A SFAMARE I SUOI ABITANTI occorre iniziare anche dall'affrontare IMMEDIATAMENTE questa situazione:

secondo tutti i DATI UFFICIALI (pure dell'ONU, anche tramite i suoi organismi preposti, come la FAO, l'OMS, ecc.), su 7 miliardi di persone, addirittura la abbondante maggioranza, ben oltre 4,8 MILIARDI in aumento di PERSONE stanno "soffrendo la fame", di cui ben oltre 1,2 MILIARDI in aumento di PERSONE sta MORENDO di "fame",
di cui ancora sono persino oltre 40 MILA (QUARANTAMILA) in aumento i BAMBINI che letteralmente MUOIONO di "fame" OGNI GIORNO.

Per almeno un minimo di precisione, anche da questo testo si evince che il termine "fame" è del tutto scorretto (ma tecnicamente è ancora peggio, si tratta di "malnutrizione") in quanto, come abbiamo visto, il fabbisogno nutrizionale è funzione prima di tutto proprio del modello alimentare condotto dall'individuo stesso, e che in assenza di fabbisogno nutrizionale INDOTTO (proprio da "cibo" aspecifico) il fabbisogno reale soprattutto della specie umana è ENORMEMENTE

INFERIORE, esattamente per la SALUTE PERFETTA.

Quindi si manda un URGENTISSIMO APPELLO a tutti, a cominciare anche da tutti gli scienziati nutrizionisti del mondo, ma soprattutto chi ha la possibilità di convincere i vertici dei mass-media, fino a qualsiasi giornalista, o a qualsiasi istituzione, ecc., che convincano tutti i governi del pianeta (per cominciare almeno uno) a risolvere definitivamente questa situazione, (ad esempio, di decine di migliaia di bambini MORTI AL GIORNO) ESCLUSIVAMENTE NEL SEMPLICISSIMO MODO SEGUENTE, che richiede pochissimo tempo e pochissimo investimento [basta anche una piccolissima percentuale (anche meno dell'1% |uno per cento|) dei finanziamenti dati alla FAO, all'OMS, e a tutti gli altri organismi dell'ONU, finalizzati allo "sviluppo" sostenibile]:

E' ASSOLUTAMENTE SUFFICIENTE donare ad ogni bambino o persona adulta, nel mondo, che soffre o sta morendo di cosiddetta "fame", SOLO TRE MELE ROSSE (STARK) AL GIORNO (di circa 2 etti l'una; MAI altro frutto; tra l'altro la mela è proprio il frutto che ha la più alta capacità di conservazione; anche per loro va assolutamente consumata con la buccia, possibilmente da coltivazione biologica; mai far mangiare anche il torsolo o, ancora peggio, i semi, che, come predetto, sono tossici), ma, per superare la loro situazione metabolica alterata, OCCORRE ASSOLUTAMENTE QUESTA IMPOSTAZIONE QUOTIDIANA (che va mantenenuta anche in via definitiva, salvo ulteriori avanzamenti descritti questo testo):

una suddetta mela ogni tre ore, a cominciare dalle 9 di mattina (quindi alle ore 9, ore 12 e ore 15) senza NESSUN altro tipo di "cibo" fino alle ore 18, in cui possono consumare prima un po' di lattuga cruda, seguita da un po' di patate o riso (solo per gradualità, vista l'alimentazione precedente), (cotte a vapore, per la salute ma anche per risparmiare l'acqua), chiudendo questa cena con un paio (mai meno di una e mai più di tre) di BANANE mature, ovviamente crude (da loro è FACILE trovarle).

(Con questa impostazione il fabbisogno nutrizionale INDOTTO è quasi azzerato, a cominciare da quello proteico |vedere tutte le spiegazioni di questo testo|, e, di conseguenza, tutti i livelli dei nutrienti sono ABBONDANTEMENTE soddisfatti; questa impostazione è suggerita dalle CENTINAIA di massimi scienziati nutrizionisti proprio di SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE MODERNA che hanno contribuito a questo testo).

Occorre solo istruire gli operatori sanitari a far rispettare PERFETTAMENTE questa semplicissima impostazione quotidiana (con eventuali piccole ma RARE varianti SOLO ed ESCLUSIVAMENTE nell'ultimo pasto delle ore 18, con esclusione totale di qualsiasi prodotto di origine animale, ma senza variare mai le predette banane finali) ed il cosiddetto "problema della fame nel mondo" è

IMMEDIATAMENTE RISOLTO, E ADDIRITTURA LA LORO SALUTE DIVENTA (in poche settimane) DI MOLTISSIMO SUPERIORE A QUELLA MEDIA DELLE STESSE NAZIONI DONATRICI.

Tuttavia, subito dopo, la situazione va risolta anche in maniera totalmente DEFINITIVA (cioè vanno poi resi indipendenti) ESCLUSIVAMENTE NEL SEGUENTE MODO: occorre immediatamente avviare delle ricerche botaniche proprio a livello mondiale per fare in modo di trovare almeno **UNA VARITA' DI MELA ROSSA STARK**

(anche tramite incroci, ma mai usando organismi geneticamente modificati), che (sempre senza innesti ma utilizzando solo piante da seme; se proprio si deve utilizzare un innesto usare, come portainnesti, solo ed esclusivamente un franco di mela rossa)

RESISTA ALLE TEMPERATURA DELLA ZONA INTERTROPICALE con altitudine anche DAL LIVELLO DEL MARE in su, con produzioni abbondanti per ogni pianta [si ricorda che nella fascia intertropicale mondiale, tra circa i 600 metri e i 1200 metri di altitudine, la mela rossa stark già non solo vive e produce PERFETTAMENTE, ma addirittura, mai perdendo le foglie (sopra i 1200 metri di altituidine, comincia gradualmente a perdere le foglie nel periodo più freddo), la fotosintesi continua determina addirittura DUE PRODUZIONI ALL'ANNO, che, essendo scalari, fanno sì che si trovano mele sull'albero persino OGNI MESE dell'anno;

ovviamente leggere il metodo di "coltivazione" naturale descritto in questo testo, che principalmente consiste nel non fare assolutamente nessun tipo di trattamento, sia al terreno che alla pianta, che va nutrita SOLO ed ESCLUSIVAMENTE, con le deiezioni liquide e solide unicamente UMANE (ma SOLO delle persone che si nutrono almeno con lo schema suddetto, per fare in modo, ad esempio, che nelle urine sia presente sempre una schiacciante prevalenza di urea rispetto all'acido urico, e che le deiezioni solide siano altrettanto idonee; il melo fino a circa cinque anni di età va nutrito solo con deiezioni liquide, cioè urina, e mai solide].

Subito dopo è sufficiente RIEMPIRE completamente le LORO ZONE, ma meglio se TUTTO il PIANETA (la parte antropizzabile, ce ne è ovunque disperato bisogno), **di MELETI STARK**

[seminando direttamente i semi la spesa è assolutamente ZERO; specialmente all'inizio vanno scelte poi le varianti varietali risultanti (dai semi) uguali o, al limite, più simili alla stark, visto che il seme contiene il 50% del codice genetico della pianta madre più il 50% del codice genetico della pianta da cui è provenuto il polline (il fenomeno differenziale si

azzera col tempo, infatti man mano che aumenta la percentuale di meli stark della zona in allargamento, il polline di provenienza, essendo sempre più solo di tipo stark, il seme risultante darà solo ed esclusivamente MELI STARK)],

essendo i meli stark anche le piante più stupende a livello ornamentale, insegnando loro i metodi descritti in questo testo per realizzare ECO-VILLAGGI almeno FRUTTARIANI, o, ancora meglio, SOCIETA' NATURALI (sempre come da questo testo).

[Mentre si procede con il perfezionamento di coltivazione di mele STARK in area intertropicale con altitudine dal livello del mare in su, si ricorda che esistono numerose persone che si sono già attivate da molti anni addirittura a diffondere ed insegnare lancoltivazione del MELO in area EQUATORIALE ed INTERTROPICALE, ed esistono persino intere SCUOLE di coltivazione del MELO in AFRICA EQUATORIALE, proprio dal livello del mare in su, anche nei pressi del Kenya, come in Uganda e Ruanda, in relazione, ad esempio, pure con la sorta di associazione KUFFEL CREEK (occorre però informarli subito dell'ENORME superiorità per la SALUTE umana, come spiegato in questo testo, delle mele ROSSE ed in particolare STARK, e che, di conseguenza,

anche in area EQUATORIALE ed INTERTROPICALE va diffusa SOPRATTUTTO questa varietà naturale); esistono anche LIBRI sulla COLTIVAZIONE DEL MELO NELLA FASCIA INTERTROPICALE, come, ad esempio, un libro dal titolo "growing apples in the tropics", anche se occorre ASSOLUTAMENTE integrarli con le conoscenzedi "coltivazione" ENORMEMENTE più naturali, avanzate e semplici del presente testo "specie umana: progetto 3M", a cominciare dal predetto tipo di ALIMENTAZIONE stessa del melo, fino all'ottenimento di meli da seme, senza innesto, e senza la minima potatura ed alterazione del terreno].

Si raccomanda CHIUNQUE abbia letto questa semplicissima soluzione a costo quasi nullo e ad effetto immediato praticamente "miracoloso", di CONVINCERE chi di dovere ad applicarla IMMEDIATAMENTE in tutto il mondo, visto soprattutto che

OGNI DUE SECONDI MUORE almeno un bambino di "fame". Se qualcuno che dovrebbe agire tarda a convincersi, basta convincerlo assolutamente a provare la suddetta soluzione ANCHE SOLO PER UN MESE (gli costa NIENTE, e se reclama costi basta organizzare una piccolissima colletta) su un gruppo di bambini o adulti consenzienti che stanno soffrendo, per constatare che essi, subito dopo il mese di prova, STARANNO MOLTO MEGLIO ADDIRITTURA DI CHI LI AIUTA. Mettetecela tutta, e soprattutto tutto il cuore che avete (visto che SOLO tutti insieme UNITI possiamo farcela).

CONCLUSIONE (fondamentale)

A fronte di una società odierna apparentemente ancora molto distante da una impostazione naturale specie-specifica per la specie umana, questo testo fornisce almeno gli strumenti scientifici essenziali, soprattutto ANATOMO-FISIOLOGICI relativi alla nostra specie, per reinserire gradualmente la SOCIETA' UMANA nel binario dapprima della SOSTENIBILITA' ed infine della NATURALITA', UNICO percorso possibile, come abbiamo visto, per ristabilire finalmente anche la situazione biofisica di minima energia strutturale nel nostro cervello che si definisce FELICITA'.

Facilitazione MASSIMA di realizzazione della FELICITA'

Per facilitarsi al massimo la vita verso la FELICITA', basta prima capire PROFONDAMENTE BENE, IN OGNI SUA PARTE, questo testo ("Specie Umana: progetto 3M"), cioè farlo PROFONDAMENTE "PROPRIO", e poi semplicemente VIVERLO, con tutto il CUORE che abbiamo.

Il segreto della nostra FELICITA' è proprio esattamente il (predetto) PROGETTO 3M

Come si accennava nell'introduzione, questo testo ha un UNICO SCOPO: fornire gli "strumenti" (naturali) per raggiungere la cosa PIU' IMPORTANTE IN ASSOLUTO nell'INTERA VITA di ognuno di noi, la FELICITA'.

Ovviamente, come abbiamo visto, essa consiste sempre nell'

1) ARMONIA CON SE STESSI,
2) CON GLI ALTRI
3) E CON LA NATURA,

e per questo motivo, riassumendo, sono sufficienti 3 "passi" per arrivarci, sintetizzabili con la FORMULA DELLA FELICITA': F=3M (FELICITA' = progetto 3M).

Infatti, come abbiamo visto, la salute perfetta si può raggiungere solo ed eslusivamente attraverso la naturalizzazione 3M e

quindi tramite il PROGETTO 3M (spiegati nei relativi paragrafi), ma, sempre come abbiamo descritto, la salute perfetta, in natura (antropica), è già sinonimo di FELICITA'; di conseguenza, essa si può ottenere solo realizzando CONTEMPORANEAMENTE i 3 punti M del PROGETTO 3M, il quale, pure CONCRETIZZANDO finalmente TUTTE le informazioni scientifiche contenute in questo testo, costituisce proprio assolutamente l'UNICA COSA AL MONDO CHE CI SERVE NELL'INTERA VITA(ricordare sempre che la FELICITA' si ottiene SOLO ED ESCLUSIVAMENTE realizzando contemporaneamente TUTTI E 3 i punti M, e soprattutto COMPLETAMENTE).

Quindi, una volta letto attentamente e PROFONDAMENTE questo testo scientifico, poi per il resto della vita è sufficiente ricordarsi solo il PROGETTO 3M, l'unico elemento da fissare in maniera assolutamente PERFETTA nella nostra MEMORIA.

Tutte le INFORMAZIONI SCIENTIFICHE di base relative al PROGETTO 3M sono esposte nell'intero presente libro, dalla paleoantropologia moderna all'anatomia comparata, morfologia funzionale comparata fitozoologica, fisiologia comparata, scienza dell'alimentazione moderna, medicina moderna, ecosistemica moderna, ecc.

E' ovvio che in una società odierna che si trova ancora all'ESTREMO opposto rispetto alla impostazione naturale anatomo-fisiologicamente specie-specifica per la specie umana, cioè in una società odierna ancora INNATURALMENTE ESTREMISTA,

i suddetti dati naturali specie-specifici, a cominciare dall'UNICA alimentazione ANATOMO-FISIOLOGICAMENTE adatta alla nostra specie, possono apparire "estremi", tuttavia, in realtà, sono solo semplicemente NATURALI, e, di conseguenza, gli UNICI NORMALI (per la specie umana).

Come abbiamo visto, anche la biofisica quantistica dimostra, per la naturale inevitabile tendenza di ogni società animale verso una situazione di minima energia strutturale, che pure la nostra specie si riassesterà gradualmente su una impostazione SPECIE SPECIFICA, la quale, come evidenziato nel capitolo relativo all'ecosistemica moderna, sarà proprio esattamente l'UNICA impostazione che ci consentirà di uscire soprattutto dalle tre grandi predette CRISI MONDIALI portanti, che altro sono la micidiale diretta conseguenza del nostro catastrofico modello di "sviluppo" attualmente operativo sul pianeta,

CRISI ALIMENTARE MONDIALE, CRISI URBANISTICA MONDIALE, CRISI ENERGETICA MONDIALE,

specialmente tramite la realizzazione dell'ultima fase del

PROGETTO 3M, cioè la predetta DIRETTIVA (ONU) PER LA SOCIETA' SOSTENIBILE E LA SOCIETA' NATURALE,

messa a punto proprio dai massimi esperti mondiali in ogni settore (provenienti pure da tutte le scienze suddette e fondatori della predetta avanzatissima OLOSCIENZA), facendo finalmente RIAVANZARE l'INTERO PIANETA verso anche la situazione biofisica di minima energia strutturale relativa alla specie umana, che si definisce FELICITA', personale e collettiva globale.

In una sola parola, il segreto della nostra FELICITA' come persone singole e come società globale, è solo ed esclusivamente il realizzare COMPLETAMENTE il PROGETTO 3M.

SPECIE UMANA, PROGRESSO FINALE: il CLICK RISOLUTIVO.

Ognuno di noi, oggi, con un PICCOLISSIMO gesto, finalmente, può ottenere il MASSIMO PROGRESSO della SOCIETA' addirittura MONDIALE: BASTA UN CLICK sul proprio computer

Ognuno di noi, oggi, non è più costretto a subire passivamente ogni giorno tutte le massacranti energie negative che ci arrivano dai telegiornali, dai media in generale, fino direttamente dall'ambiente intorno a noi, ma finalmente possiamo realizzare ciò che, soprattutto con queste informazioni scientifiche e con i mezzi tecnologici attuali velocissimi di diffusione, non è assolutamente più un utopia, cioè il sogno più profondo e totale di noi stessi: cambiare, che oggi è divenuto letteralmente SALVARE, l'intera SOCIETA' UMANA MONDIALE.

Siccome unicamente l'ENORME portata non solo scientifica ma persino pratica ai MASSIMI livelli del presente testo "SPECIE UMANA: progetto 3M" può determinare proprio il PIU' ALTO PROGRESSO della società mondiale, è sufficiente innescare una REAZIONE A CATENA INFORMATIVA (TOTALE) relativa al medesimo presente libro, a cominciare dagli stessi VERTICI di ogni settore della società mondiale,

settore dei MASS MEDIA (TELEVISIONE, radio, giornali, ecc.), settore economico,
settore politico,
settore UNIVERSITARIO, settore MEDICO,
settore scolastico,

settore alimentare,
settore ambientale, ecc.,

fino a coprire assolutamente TUTTA la popolazione mondiale, NESSUNO ESCLUSO.

Per ottenere ciò è ancora sufficiente, ma anche totalmente essenziale ed addirittura EMERGENZIALE, che OGNUNO DI NOI semplicemente invii tramite e-mail l'intero presente testo "SPECIE UMANA: progetto 3M" (anche come link da scaricare)

SIA AD ASSOLUTAMENTE TUTTE LE PERSONE CHE CONOSCE, SIA A COMINCIARE DA TUTTI I SUDDETTI VERTICI E INTERI SETTORI (DI CUI PUO' TROVARE L'INDIRIZZO E-MAIL), FINO A TUTTI GLI INDIRIZZI E-MAIL CHE POSSIAMO, aggiungendo anche solo una frase iniziale CONVICENTE di accompagnamento che invita ENORMEMENTE a leggerlo, spiegando la GIGANTESCA ed URGENTISSIMA importanza della comprensione da parte di

TUTTI gli abitanti del pianeta di queste totalmente RISOLUTIVE informazioni scientifiche, derivate da oltre decenni di studi di molte centinaia di scienziati ed esperti di tutto il mondo nei singoli settori, spiegate nella maniera più semplice e diretta possibile, proprio le UNICHE informazioni che ci consentono di passare gradualmente dal catastrofico modello attuale di “sviluppo”, ad un modello di società finalmente dapprima SOSTENIBILE e poi NATURALE.

E' DEL TUTTO INDISPENSABILE OLTRE CHE URGENTISSIMO fare questo CLICK RISOLUTIVO di invio e-mail, da parte di OGNUNO DI NOI.

Forza ragazzi, ci sono oltre 7 miliardi di cervelli da raggiungere, persone che saranno messe in grado per la PRIMA volta nella storia di decidere liberamente se continuare a vivere in questo inferno o se finalmente ripristinare il letterale PARADISO.

Se poi dovete spiegare qualcosa, fatelo sempre con ASSOLUTA CALMA ed INFINITA PAZIENZA, le persone vanno informate col massimo senso di AMICIZIA, mai alzando la voce (che è sempre totalmente controproducente), e soprattutto basandovi sui FATTI, sulla concreta VERIFICA di ogni informazione, sempre meglio se vissuta anche in PRIMA persona, e con la MASSIMA PRECISIONE, i soli segnali di vera SCIENZA.

Ci sono almeno molte centinaia di persone in tutto il mondo (addirittura moltissime migliaia se consideriamo l'indotto) che hanno dedicato l'INTERA VITA per poter raggiungere e perfezionare le informazioni PREZIOSISSIME contenute in questo testo,

e ora voi siete stati messi in grado, oltre che di rendere la vostra vita un paradiso, di farlo addirittura col resto dell'intero pianeta con un solo SECONDO,

il secondo che ci vuole per fare un CLICK sul vostro computer inviando, quindi, tramite e-mail sempre l'intero presente libro a TUTTI i vostri parenti, amici e conoscenti, e soprattutto a TUTTE le persone che hanno un potere DECISIONALE in questa società, a TUTTI i livelli, più in dettaglio:

dai MASS MEDIA (specialmente TELEVISIONE, dai DIRETTORI fino a TUTTI i GIORNALISTI televisivi, e radio), ai vertici BANCARI, vertici INDUSTRIALI e vertici politici, ai RETTORI UNIVERSITARI e PRESIDI di FACOLTA', ai PROFESSORI UNIVERSITARI (in particolare i professori universitari ancora di più quelli della facoltà di MEDICINA), ai PRIMARI OSPEDALIERI, ai MEDICI, ai presidi e professori di tutte le scuole, ai MINISTERI della pubblica istruzione di ogni nazione del pianeta (il testo "SPECIE UMANA: progetto 3M" deve essere studiato non solo in assolutamente TUTTE le scuole e facoltà universitarie, ma addirittura come informazioni di BASE), ai NUTRIZIONISTI, agli ambientalisti,
ecc.

Insomma, è la PRIMA volta nella storia che con un solo CLICK possiamo sicuramente iniziare a CAMBIARE veramente le cose non solo in MOLTO MEGLIO, ma ogni giorno SEMPRE DI PIU', l'unico CLICK che oggi, se TUTTI ce la METTIAMO TUTTA, può letteralmente SALVARE LE SORTI DELL’UMANITA’, e, visto anche che è assolutamente IMPOSSIBILE essere felici in un mondo infelice, è un CLICK RISOLUTIVO per la nostra FELICITA' e quella dell'intero pianeta.